قال الله سبحانه وتعالى: ﴿وإن تعدوا نعمة الله لا تحصوها﴾ (الآية)

نعمة الفواكه والخضروات وفوائدها

الجزء الأول

إعداد:

محمد عبد العزيز الغازي

مدير جامعة العلوم الإسلامية الفريدية وجامعة سيدة حفصة رضي الله عنها

الناشر: هيئة إحياء علوم القرآن والسنة

بسم الله الرحمن الرحيم

التقديم

خَلَقَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى فِي هَذِهِ الْدُّنْيَا الْنِّعَمَ لَا تُعَدُّ وَلَا تُحْصَى، قَالَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى: ﴿وَإِنْ تَعُدُّوا نِعْمَةَ اللهِ لَا تُحْصُوْهَا﴾. وَمِنْ هَذِهِ الْنِّعَمِ نِعْمَةُ الْفَوَاكِهِ وَالْخَضْرَوَاتِ، وَكُلُّ وَاحِدٍ مِنْهُمَا مَلِيْئَةٌ بِفَوَائِدَ عَظِيْمَةٍ وَعَجِيْبَةٍ وَمُذْهِلَةٍ، وَأَنَّ الْشَّبَكَةَ مَلِيْئَةٌ بِفَوَائِدِ الْفَوَاكِهِ وَالْخَضْرَوَاتِ بِجَمِيْعِ الأَلْسِنَةِ الْرَّائِجَةِ فِي الْعَالَمِ، فَعَلَيْنَا أَنْ نُدَرِّسَ الْطُّلَّابَ وَالْطَّالِبَاتِ فَوَائِدَ الْفَوَاكِهِ وَالْخَضْرَوَاتِ كَيْ يَتَوَجَّهُوا إِلَى اسْتِعْمَالِ الْفَوَاكِهِ وَالْخَضْرَوَاتِ وَيَتْرُكُوا أَكْلَ الأَكَلَاتِ الْسَّرِيْعَةِ وَشُرْبَ الْقَوَارِيْرِ الْغَازِيَةِ الْمُضِرَّةِ لِلْمَعِدَةِ وَالْجِسْمِ وَيَكُوْنُ سَبَباً لِكَثِيْرٍ مِنَ الأَمْرَاضِ، وَأَيْضاً عَلَيْنَا أَنْ نَعْرِفَ مِزَاجَ الْفَوَاكِهِ وَالْخَضْرَوَاتِ كَيْ نَسْتَعْمِلَهَا دُوْنَ أَنْ نَتَضَرَّرَ بِهَا؛ لِأَنَّ مِنْ هَدْيِ الْنَّبِيِّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَجَدْنَا قَاعِدَةً عَظِيْمَةً الَّتِي ذَكَرَهَا الْشَّيْخُ الإِمَامُ عَبْدُ الْرَّحْمَنِ بْنُ الْجَوْزِيُّ الْقُرَيْشِيُّ الْبَغْدَادِيُّ رَحِمَهُ اللهُ تَعَالَى فِي كِتَابِهِ الْمُسَمَّى بِالْطِّبِّ الْنَّبَوِيِّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَهِيَ: "أَنَّ سَيِّدَنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّداً صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مَا كَانَ يَجْمَعُ بَيْنَ غِذَائَيْنِ حَارَّيْنِ وَلَا بَارِدَيْنِ وَلَا جَافَّيْنِ وَلَا رَطْبَيْنِ وَلَا مُسْهِلَيْنِ وَلَا قَابِضَيْنِ وَلَا غَلِيْظَيْنِ وَلَا بَيْنَ شَوِيٍّ وَطَبِيْخٍ وَلَا بَيْنَ لَبَنٍ وَبَيْضٍ وَلَا بَيْنَ لَحْمٍ وَلَبَنٍ وَلَا بَيْنَ لَبَنٍ وَسَمَكٍ وَلَا بَيْنَ لَبَنٍ وَحَامِضٍ وَلَمْ يَكُنْ يَأْكُلُ طَعَاماً فِي وَقْتِ شِدَّةِ حَرَارَتِهِ وَلَا طَبِيْخًا بَائِتًا يُسَخَّنُ لَهُ بِالْغَدِ؛ لِأَنَّ كُلَّ هَذِهِ الأَنْوَاعَ ضَارٌّ مُوْلِدٌ لِأَمْرَاضٍ كَثِيْرَةٍ" فَعَلَيْنَا أَيُّهَا الإِخْوَةُ وَالأَخَوَاتُ أَنْ نَعْرِفَ أَوَّلاً طَبِيْعَةَ الْفَوَاكِهِ وَالْخَضْرَوَاتِ وَنَسْتَعْمِلَ مَعَ الْحَارِّ شَيْئاً بَارِداً، وَمَعَ الْجَافِّ شَيْئاً رَطَبًا، كَيْ نَتَّقِيَ مِنْ مَضَارِّ الْفَوَاكِهِ وَالْخَضْرَوَاتِ، كَمَا أَشَرْنَا إِلَى هَذِهِ الْمَسْئَلَةِ فِي الْكِتَابِ فِي الأَمَاكِنِ الْمُخْتَلِفَةِ. فَعَلَيْنَا أَنْ نُعَلِّمَ الْطُّلَّابَ وَالْطَّالِبَاتِ عِلْمَ الأَمْرَاضِ وَأَنْ نُعَالِجَ الأَمْرَاضَ أَوَّلاً بِالْفَوَاكِهِ وَالْخَضْرَوَاتِ وَالأَغْذِيَةِ.

محمد عبد العزيز الغازي

8 من رجب 1440 للهجرة الموافق 16 مارس 2019 للميلاد

اَلْـفَـوَ اكِـهُ

نِعْمَةُ الْمَانْجُو

انگلش تلفظ	انگلش	اردو	عربی
مینگو	**Mango**	آم	اَلْمَانْجُو

نِعْمَةُ الْمَانْجُو: مَانْجُو نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، فَنَجِدُ الْمَانْجُو بِأَرْبَعِ مِائَةِ أَنْوَاعٍ وَأَقْسَامٍ بَلْ أَكْثَرُ مِنْ ذَلِكَ بِقُدْرَةِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَلَا يُمْكِنُكَ أَنْ تُفَهِّمَ أَحَداً حَلَاوَةَ مَانْجُو إِلَّا أَنْ تُطْعِمَهُ. وَهَلْ يَسْتَطِيْعُ جَمِيْعُ الإِنْسِ وَالْجَانِّ وَالْمَلآئِكَةِ وَحَتَّى الْبُلْدَانِ الْفَاخِرَةِ أَنْ يَخْلُقُوا وَيَصْنَعُوا مَا نْجُو وَاحِداً، لَا يَسْتَطِيْعُونَ أَبَداً أَبداً.

تَفَكَّرُوا أَيُّهَا الإِخْوَةُ وَالأَخَوَاتُ كَمْ يَخْلُقُ الله تَبَارَكَ وَتَعَالَى فَاكِهَةَ مانْجُو بِأَنْوَاعٍ وَأَقْسَامٍ فِي جَمِيْعِ الْعَالِمِ، وَتَفَكَّرُوا هَلْ يَسْتَطِيْعُ الإِنْسَانُ أَنْ يَخْلُقَ الله تَبَارَكَ وَتَعَالَى الْمَانْجُو بِتُرَابٍ وَمَاءٍ لا يَسْتَطِيْعُ أَبَداً أَبداً فَتَفَكَّرُوا فِي قُدْرَةِ اللهِ سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى كَيْفَ يَخْلُقُ مِنَ الْمَاءِ وَالْتُّرَابِ أَشْجَارَ مَانْجُو لَاتُعَدُّ وَلَا تُحْصَى وَكَيْفَ يَخْلُقُ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى وَيَصْنَعُ مِنَ الْتُّرَابِ وَالْمَاءِ بَلآيِيْنَ تَنْ مَانْجُو فِي بِلَادٍ مُخْتَلِفَةٍ.

أَيُّهَا الإِخْوَةُ وَالأَخَوَاتُ تَفَكَّرُوا إِذَا كَانَتْ هَكَذَا الْلَّذَّةُ نَجِدُ فِي مَانْجُو لِهَذِهِ الْدُّنْيَا الْدَّنِيْئَةِ فَكَيْفَ تَكُوْنَ الْلَّذَّةُ فِي الْمَانْجُو لِلْجَنَّةِ.

طَبِيْعَةُ مَانْجُو: حَارٌّ وَرَطْبٌ.

اَلْفَائِدَةُ: كَانَ مِنْ هَدْيِ سَيِّدِنَا وَنَبِيِّنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَلْفَ أَلْفَ مَرَّةٍ بِعَدَدِ كُلِّ ذَرَّةٍ فِي الْدُّنْيَا وَالآخِرَةِ يَسْتَعْمِلُ مَعَ الْشَّيءِ الْحَارِّ شَيْئاً بَارِداً وَمَعَ الْشَّيءِ الرَّطَبِ شَيْئاً جَافًّا فَعَلَيْنَا أَنْ نَسْتَعْمِلَ مَعَ الْمَانْجُوا شَيْئاً بَارِداً وَجَافًّا مَثَلاً: اَلْمَاءَ أَوِ اللَّبَنِ؛ لِأَنَّهُمَا بَارِدَانِ أَوْ نَشْرَبَ الْمَاءَ والْلَّبَنَ الْمُخَلَّطَ (کچی لسی) بِالْمِلْحِ الْقَلِيْلِ بَعْدَ أَكْلِ الْمَانْجُو.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْمَانْجُو: 1. مَانْجُو يُقَوِّي الدِّمَاغَ وَالأعْصَابَ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. مَانْجُو يُفِيْدُ فِي مَرَضِ فَقْرِ الدَّمِ (خون کی کمی). 3. مَانْجُو يُنَشِّطُ الْجِسْمَ وَيَزِيْدُ فِيْهِ الطَّاقَةَ. 4. مَانْجُو يَزِيْدُ وَزْنَ الْجِسْمِ. 5. مَانْجُو يُفِيْدُ فِي نَزْلَةِ الْبَرْدِ وَالزُّكَامِ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 6. مَانْجُو يُحَسِّنُ لَوْنَ الْجِلْدِ. 7. مَانْجُو يُزِيْلُ الْعَطَشَ الشَّدِيْدَ. 8. مَانْجُو يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْتُّخْمَةِ (بدہضمی) إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 9. مَانْجُو يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْكَبِدِ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 10. مَانْجُو يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأكْلِ. 11. مَانْجُو يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الأرَقِ وَالْسِّهْرِ (بے خوابی). 12. مَانْجُو يُقَوِّي الْمَعِدَةَ وَالْكِلْيَةَ وَالْمَثَانَةَ. 13. مَانْجُو يُفِيْدُ لِلإنْسَانِ الَّذِي لَا يَسْتَطِيْعُ أنْ يَنْظُرَ فِي الْلَّيْلِ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 14. مَانْجُو يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإمْسَاكِ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 15. أكْلُ لُبَابِ أكْلُ نُخَاعِ نَوَاةِ (گٹھلی کے اندر گودہ، مغز) مَانْجُو مَعَ الْمَاءِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ إسْهَالِ الدَّمِ. 16. إطْعَامُ نُخَاعِ نَوَاةِ مَانْجُو بِقَلِيْلٍ يَقْتُلُ دِيْدَانَ الْبَطْنِ لِلأَطْفَالِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 17. نُخَاعُ نَوَاةِ مَانْجُو يُفِيْدُ فِي نَظَافَةِ وَألَمِ الأسْنَانِ مِثْلَ الْمَعْجُوْنِ. 18. اَلْدَّلْكُ بِأوْرَاقِ مَانْجُو يُفِيْدُ فِي تَقْوِيَةِ الأسْنَانِ. 19. رَمَادُ أوْرَاقِ مَانْجُو يُفِيْدُ فِي صِحَّةِ الْمَكَانِ الْمُحْتَرَقِ مِثْلَ الْمَرْهَمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. اَللَّهُمَّ لَكَ الْحَمْدُ وَلَكَ الْشُّكْرُ عَدَدَ قَطَرَاتِ الْأَمْطَارِ وَعَدَدَ مُخْلُوْقَاتِكَ وَعَدَدَ أوْرَاقِ الأشْجَارِ وَالأزْهَارِ فِي الْدُّنْيَا وَالآخِرَةِ.

مَضَارُّ الإسْرَافِ فِي الْمَانْجُو: اَلْمَانْجُو حَارٌّ، فَالإسْرَافُ فِي الْمَانْجُو يَكُوْنُ سَبَباً لِحَرَارَةِ الْمَعِدَةِ وَالْكَبِدِ وَالإسْهَالِ وَأمْرَاضِ الْجِلْدِ.

دَلَالَةُ الْمَانْجُو عَلَى وُجُوْدِ اللهِ تَبَارَكَ وَ تَعَالَى: إنَّ تَصْوِيْرَ الْمَانْجُو أَوِ الْمَانْحُو الْصِّنَاعِيَّ مِنْ بَلَاسْتِكٍ لَا يُصْنَعُ إلَّا بِصَانِعٍ فَتَفَكَّرُوا أيُّهَا الْإخْوَةُ وَالأخَوَاتُ أنَّ الْمَانْجُو الْحَقِيْقِيُّ بِأرْبَعِ مِائَةِ أنْوَاعٍ وَبِلَذَّاتٍ وَفَوَائِدَ عَجِيْبَةٍ هَلْ يُصْنَعُ بِغَيْرِ خَالِقٍ وَصَانِعٍ؟ لَا، حَاشَا وَكَلَّا.

نِعْمَةُ التُّفَّاحِ

عربی	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
تفاحٌ	سیب	Apple	ایپل

نِعْمَةُ التُّفَّاحِ: اَلتُّفَاحُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَلَا بُدَّ أنْ نَتَفَكَّرَ فِي صُنْعِهِ بِأنَّ اللهَ تَبَارَكَ وَتَعَالَى كَيْفَ صَنَعَ الْتُفَاحَ بِألْوَانٍ وَأنْوَاعٍ وَأقْسَامٍ مُخْتَلِفَةٍ، وَهَذِهِ كُلُّهَا تَدُلُّ عَلَى وَحْدَانِيَّةِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى وَقُدْرَتِهِ وَعَظْمَتِهِ. اَللَّهُمَّ لَكَ الْحَمْدُ وَلَكَ الْشُّكْرُ عَدَدَ أزْهَارِ الْتُّفَّاحِ وَثِمَارِ الْتُّفَّاحِ. اَللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى هُوَ الْشَّافِي.

طَبِيْعَةُ التُّفَّاحِ: حَارٌّ وَرَطْبٌ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ التُّفَّاحِ: 1. التُّفاحُ يُقَوِّي الْقَلْبَ. 2. التُّفَاحُ يُقَوِّي الْدِّمَاغَ وَالأعْصَابَ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَ تَعَالَى. 3. التُّفَاحُ يُقَوِّي الْجِسْمَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 4. اَلْتُّفَاحُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ فَقْرِ الْدَّمِ. 5. التُّفاحُ يُقَوِّي الأسْنَانَ وَاللِّثَةَ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 6. التُّفَاحُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْزُّكَامِ. 7. التُّفاحُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإمْسَاكِ وَالإسْهَالِ. 8. التُّفاحُ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْكَبِدِ. 9. التُّفَاحُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الأرَقِ وَالْسّهْرِ. 10. التُّفَاحُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الْدَّمِ (بلڈ پریشر) إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 11. التُّفاحُ يَكُوْنُ سَبَباً لِاعْتِدَالِ الْكُوْلِيْستَرُوْلِ فِي الْدَّمِ. 12. التُّفاحُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْقَيْءِ. 13. التُّفاحُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْغَازَاتِ (گیس) فِي الْبَطْنِ. 14. التُّفاحُ يُزِيْلُ الْتِهابَ الْمَعِدَةِ (معدے کی سوزش). 16. التُّفاحُ يُزِيْلُ الْحُمَّى إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 17. عَصِيْرُ الْتُّفَّاحِ يُفِيْدُ فِي حَصَاةِ الْكِلْيَةِ. 18. عَصِيْرُ الْتُّفَّاحِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الأَرَقِ. 19. اَلْتُّفَّاحُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْزُّكَامِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

اَلْفَائِدَةُ: قَالَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى: ﴿مَا تَرَى فِي خَلْقِ الْرَّحْمٰنِ مِنْ تَفَاوُتٍ﴾، فَعَلَيْنَا أيُّهَا الإخْوَةُ وَالأخَوَاتُ أنْ نَتَفَكَّرَ فِي الْتُّفَاحِ وَفِي الْفَوَاكِهِ كُلِّهَا هَلْ نَجِدُ فِيْهَا أيَّ عَيْبٍ وَنُقْصٍ؟ لَا، لَا، حَاشَا وَكَلَّا، لَا يُمْكِنُ أنْ نَجِدَ فِيْهَا أيَّ عَيْبٍ وَنُقْصٍ، بَلْ نَرَى أنّ الْشَّبَكَةَ (انٹرنیٹ) مَلِيْئَةٌ بِفَوَائِدِ

الْفَوَاكِهِ وَالْخَضْرَوَاتِ فِي جَمِيْعِ الأَلْسِنَةِ، صَدَقَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى حِيْنَ قَالَ: ﴿مَا تَرَى فِي خَلْقِ الرَّحْمَنِ مِنْ تَفَاوُتٍ﴾.

دَلَالَةُ التُّفَّاحِ عَلَى وُجُوْدِ اللهِ تَبَارَكَ وَ تَعَالَى: إِنَّ تَصْوِيْرَ التُّفَّاحِ أَوِ التَّفَّاحَ الْمَصْنُوْعِيَّ لَا يُصْنَعُ إِلَّا بِصَانِعٍ فَتَفَكَّرُوا أَيُّهَا الإِخْوَةُ وَالأَخَوَاتُ أَنَّ التُّفَّاحَ الْحَقِيْقِيَّ بِأَنْوَاعٍ وَأَقْسَامٍ مُخْتَلِفَةٍ وَفَوَائِدَ عَجِيْبَةٍ كَيْفَ يُصْنَعُ بِغَيْرِ صَانِعٍ؟!

نِعْمَةُ الرُّمَّانِ

انگلش تلفظ	انگلش	اردو	عربی
پومی گرینیٹ	**Pomegranate**	انار	اَلرُّمَّانُ

نِعْمَةُ الرُّمَّانِ: اَلرُّمَانُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَإِذَا قَشَّرْتُمْ الرُّمَانَ وَرَأَيْتُمْ فِي الدَّاخِلِ فَتَرَوْنَ الْحَبَّاتِ مُرَتَّبَةً بِتَرْتِيْبٍ أَنِيْقٍ وَجَمِيْلٍ مِثْلَ اللُّؤْلُؤِ، وَقَدْ ذَكَرَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى فِي الْقُرآنِ الْكَرِيْمِ ذِكْرَ نِعْمَةِ الرُّمَّانِ فِي سُوْرَةِ الرَّحْمٰنِ، قَالَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى: ﴿فِيْهِمَا فَاكِهَةٌ وَّنَخْلٌ وَرُمَّانٌ فَبِأَيِّ آلَاءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبَانِ ۞﴾ فَهَذَا يَدُلُّ عَلَى عَظْمَةِ الرُّمَانِ.

تَفَكَّرُوا أَيُّهَا الإِخْوَةُ وَالأَخَوَاتُ كَيْفَ يَخْلُقُ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى شَجَرَةَ الرُّمَّانِ وَكَيْفَ يُخْرِجُ مِنْهُ الأَوْرَاقَ الَّتِي تَأْخُذُ طَاقَتَهَا وَغِذَاءَهَا مِنَ الشَّمْسِ، وَكَيْفَ يُخْرِجُ مِنْ شَجَرَةِ الرُّمَّانِ الأَزْهَارَ الْحَسَنَةَ وَالْجَمِيْلَةَ، وَكَيْفَ يُخْرِجُ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى مِنْ هَذِهِ الأَزْهَارِ الرُّمَّانَ بِأَنْوَاعٍ وَأَقْسَامٍ عَدِيْدَةٍ، وَانْظُرُوا إِلَى تَرْتِيْبِ الرُّمَّانِ، كَيْفَ يَخْلُقُ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى الرُّمَّانَ جَمِيْلاً وَمُعْجِزاً، وَانْظُرُوا إِلَى حَبَّةِ الرُّمَّانِ كَيْفَ رَتَّبَ اللهُ تَبَارَكَ وتَعَالَى فِي دَاخِلِ الرُّمَّانِ الْحَبَّاتِ بِتَرْتِيْبٍ جَمِيْلٍ مُعْجِزٍ وَإِذَا فَتَحَ الإِنْسَانُ الرُّمَّانَ فَلَا يَسْتَطِيْعُ جَمِيْعُ الإِنْسَانِ الْمَهَرَةِ أَنْ يُرَتِّبُوا هَذِهِ الْحُبُوْبَ بِتَرْتِيْبِ سَابِقٍ. فَتَبَارَكَ اللهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِيْنَ.

طَبِيْعَةُ الرُّمَانِ: بَارِدٌ وَرَطَبٌ.

اَلْفَائِدَةُ: كَانَ مِنْ هَدْيِ سَيِّدِنَا وَنَبِيِّنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَلْفَ أَلْفَ مَرَّةٍ بِعَدَدِ كُلِّ ذَرَّةٍ فِي الْدُّنْيَا وَالآخِرَةِ يَسْتَعْمِلُ مَعَ الْشَّيءِ الْبَارِدِ شَيْئاً حَارًّا وَمَعَ الْشَّيءِ الرَّطَبِ شَيْئاً جَافًّا فَعَلَيْنَا أَنْ نَسْتَعْمِلَ مَعَ الْرَّمَّانِ شَيْئاً حَارّاً وَجَافًّا مِثلَ الْمِلْحِ أَوِ الْفِلْفِلِ الْأَسْوَدِ؛ لِأَنَّهُمَا حَارَّانِ وَجَافَّانِ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الرُّمَّانِ: **1**. الرُّمَّانُ يُقَوِّي الْقَلْبَ وَالأَعْصَابَ إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **2**. اَلرُّمَّانُ يُقَوِّي الْمَعِدَةَ وَالْكَبِدَ. **3**. الرُّمَّانُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْقَيءِ وَالْبَلْغَمِ. **4**. الرُّمَّانُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْيَرْقَانِ. **5**. الرُّمَّانِ مُفِيْدٌ لِقُرُوْحِ الْفَمِ وَالْلِّسَانِ. **6**. الرُّمَّانُ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأَكْلِ إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **7**. الرُّمَّانُ يُقَوِّي الْلِّثَةَ وَالأَسْنَانَ. **8**. الرُّمَّانُ يُزِيْلُ الْعَطَشَ الْشَّدِيْدَ وَجَفَافَ الْحَلْقِ وَالْلِّسَانِ. **9**. الرُّمَّانُ يُزِيْلُ اِلْتِهَابَ الْمَعِدَةِ. **10**. الرُّمَّانُ يُزِيْلُ الْنَّحَافَةَ وَالْضُّعْفَ. **11**. اَلرُّمَّانُ مُفِيْدٌ جِداً لِلإِسْهَالِ. **12**. الرُّمَّانُ يُزِيْلُ الْبُقَعَ (دانے) عَنِ الْوَجْهِ. **13**. الرُّمَّانُ يُزِيْلُ أَلَمَ الْحَيْضِ إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **14**. الرُّمَّانُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْبَوَاسِيْرِ. **15**. الرُّمَّانُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ كَثْرَةِ الاحْتِلَامِ. **16**. الرُّمَّانُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ فَقْرِ الْدَّمِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى **17**. الرُّمَّانُ يَزِيْدُ الْقُوَّةَ الْجِنْسِيَّةَ. **18**. الرُّمَّانُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْحُمَّى. إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **19**. شُرْبُ عَصِيْرِ الْرُّمَّانِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْقَيِّ. **20**. شُرْبُ مَاءِ الْرُّمَّانِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْغَثَيَانِ (متلی). **21**. شُرْبُ عَصِيْرِ الرُّمَّانِ يُقَوِّي الْقَلْبِ وَيُزِيْلُ الْخَوْفَ وَاضْطِرَابَ الْقَلْبِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **22**. غَسْلُ الْوَجْهِ بِمَسْحُوْقِ (سفوف) قِشْرَةِ الْرُّمَّانِ مَعَ مَاءِهِ يُحْسِنُ الْوَجْهَ وَيُزِيْلُ الْبُقَعَ (داغ دھبے). **23**. شُرْبُ قِشْرَةِ الْرُّمَّانِ وَالْقَرَنْفُلِ بَعْدَ الْغَلْيَانِ فِي الْمَاءِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإِسْهَالِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **24**. أَكْلُ قِشْرَةِ الْرُّمَّانِ مَعَ الْمَاءِ الْبَارِدِ يُفِيْدُ فِي كَثْرَةِ أَيَّامِ الْنِّسَاءِ. **25**. أَكْلُ قِشْرَةِ الْرُّمَّانِ صَبَاحاً وَمَسَاءً مَعَ الْمَاءِ الْطَّازِجِ يُفِيْدُ فِي الْبَوَاسِيْرِ الْدَّمَوِيّ (خونی بواسیر). **26**. أَكْلُ قِشْرَةِ الْرُّمَّانَ مَعَ الْمَاءِ صَباحاً وَمَساءً يُفِيْدُ فِي كَثْرَةِ الإِحْتِلَامِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

مَضَارُّ الإِسْرَافِ فِي الرُّمَّانِ: قَالَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى فِي الْقُرْآنِ الْكَرِيْمِ: ﴿كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا﴾. تَنَاوُلُ الْرُّمانِ بِإِسْرَافٍ يُؤَدِّي إِلَى تَصَلُّبِ الْبَرَازِ.

اَلْفَائِدَةُ: أَيُّهَا الإِخْوَةُ وَالأَخَوَاتُ عَلَيْنَا أَنْ نُعَوِّدَ أَنْفُسَنَا وَأَقَارِبَنَا وَأَحِبَّائَنَا أَنْ نَسْتَعْمِلَ الْرُّمَّانَ وَالْفَوَاكِهَ وَالْخَضْرَوَاتِ؛ لأَنَّ الْفَوَاكِهَ وَالْخَضْرَوَاتِ فِيْهَا فَوَائِدُ لَا تُعَدُّ وَلَا تُحْصَى وَعَلَيْنَا أَنْ نَجْتَنِبَ عَنِ الأَشْيَاءِ الْجَدِيْدَةِ الْمُتَعَارَفَةِ لِلأَكْلِ وَالْشُّرْبِ فِي هَذَا الْزَّمَنِ الْرَّاهِنِ مِثْلَ: الْقَوَارِيْرِ الْغَازِيَّةِ (کوکا کولا وغیرہ کی بوتلیں) وَالأَكَلَاتِ الْسَّرِيْعَةِ (فاسٹ فوڈز) وَالْشَّاكُوْلَاتِ (چوکلیٹ) وَبَرْغَرٍ(برگر) وَبِتْزَا (پزا)؛ لأَنَّ فِيْهَا مَضَارّاً عَدِيْدَةً وَعَلَيْنَا أَنْ نُضِيْفَ ضُيُوْفَنَا بِالْفَوَاكِهِ وَعَصِيْرَ الْفَوَاكِهِ بَدَلاً مِنَ الْقَوَارِيْرِ وَغَيْرَ ذَلِكَ.

دَلَالَةُ الرُّمَّانِ عَلَى وُجُوْدِ اللهِ تَبَارَكَ وَ تَعَالَى: أَيُّهَا الْكَافِرُوْنَ والْمُنْكِرُوْنَ وَالْمُلْحِدُوْنَ تَفَكَّرُوا هَلْ يُصْنَعُ تَصْوِيْرُ الرَّمَانِ عَلَى وَرَقَةٍ بِغَيْرِ صَانِعٍ؟ لَا يُمْكِنُ أبداً، فَإِنَّ شَجَرَةَ الْرُّمَانِ وَأَوْرَاقَهَا وَأَغْصَانَهَا وَثَمَرَهَا بِأَنْوَاعٍ وَأَقْسَامٍ وَأَلْوَانٍ وَبِفَوَائِدَ عَظِيْمَةٍ وَبِلَذَّاتٍ عَجِيْبَةٍ لَا يُصْنَعُ إِلَّا بِخَالِقٍ وَصَانِعٍ وَهُوَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. وَ مَنْ يَدّعِي عَلَى تَخْلِيْقِ الْرُّمَانِ سِوَى اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى؟ لَا أحَدَ إِلَّا اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

نِعْمَةُ الْعِنَبِ

انگلش تلفظ	انگلش	اردو	عربی
گریپس	**Grapes**	انگور	اَلْعِنَبُ

نِعْمَةُ الْعِنَبِ: اَلْعِنَبُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَلِلْعِنَبِ أَقْسَامٌ عَدِيْدَةٌ. وَقَدْ ذَكَرَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى فِي الْقُرآنِ الْكَرِيْمِ نِعْمَةَ الْعِنَبِ، فَقَالَ: ﴿وَمِنَ الْنَّخْلِ مِنْ طَلْعِهَا قِنْوَانٌ دِانِيَةٌ وَجَنَّاتٍ مِنْ أَعْنَابٍ وَالْزَّيْتُوْنَ وَالْرُّمَّانَ مُشْتَبِهًا وَغَيْرَ مُتَشَابِهٍ﴾. (سورة الأنعام:**98**)

أَيُّهَا الإِخْوَةُ وَالأَخَوَاتُ هَذِهِ مُعْجِزَةُ الْقُرآنِ الْكَرِيْمِ بِأَنَّهُ إِذَا ذُكِرَ شَيئٌ مِنْ حَيْثُ الْنِّعْمَةِ فَهَذَا الْشَّيءُ يَكُونُ مَمْلُوءً بِفَوَائِدَ إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ وَلَا يَكُوْنُ فِيْهِ أَيُّ نَقْصٍ وَعَيْبٍ.

تَفَكَّرُوا وَتَحَقَّقُوا أَيُّهَا الإِخْوَةُ وَالأَخَوَاتُ جَمِيْعُ نِعَمِ الْفَوَاكِهِ وَالْخَضْرَوَاتِ وَالْنِّعَمِ الأخْرَى الَّتِي ذُكِرَتْ فِي الْقُرْآنِ أَوْ فِي الأَحَادِيْثِ الْنَّبَوِيَّةِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فِي مَقَامِ الْنِّعْمَةِ وَالْمَدْحِ فَإِنَّهُ مَمْلُوءَةٌ بِالْفَوَائِدِ إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ وَلَا يَسْتَطِيْعُ أَحَدٌ مِنَ الإِنْسِ أَنْ يَأتِي بِالْنُّقْصَانِ وَالتَّعَطُّلِ فِي ذَلِكَ الْشَّيءِ بِالْتَّحْقِيْقِ الْجَدِيْدِ، فَلَا يُمْكِنُهُ أَبَداً أَبَداً.

طِبِيْعَةُ العنب: حَارٌّ وَرَطْبٌ. الله تبارك وتعالى هو الشافي.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْعِنَبِ: 1. اَلْعِنَبُ يُقَوّي الْدِّمَاغَ إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. اَلْعِنَبُ يُقَوِّي الْجِسْمَ وَيَزِيْدُ الْدَّمَ فِي الْجِسْمِ. 3. اَلْعِنَبُ يَجْعَلُ الْجِسْمَ نَشِيْطاً إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 4. اَلْعِنَبُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ فَقْرِ الْدَّمِ. 5. اَلْعِنَبُ مُفِيْدٌ جِداً لِلْمَعِدَةِ. 6. اَلْعِنَبُ يُفِيْدُ فِي أَمْرَاضِ الْكَبِدِ. 7. اَلْعِنَبُ مُفِيْدٌ جِداً فِي مَرَضِ الْلَّقْوَةِ (لقوه) وَالْسَّكْتَةِ الْدِّمَاغِيَّةِ (فالج). 8. اَلْعِنَبُ يُفِيْدُ فِي أَمْرَاضِ الْقَلْبِ إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 9. اَلْعِنَبُ يُقَوِّي الأَمْعَاءَ. 10. اَلْعِنَبُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَلِّ. 11. اَلْعِنَبُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَّرْطَانِ إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 12. اَلْعِنَبُ يُقَوّي الْمَثَانَةَ. 13. اَلْعِنَبُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْشَّقِيْقَةِ. 14. اَلْعِنَبُ يُقَوّي نِظَامَ الْاِنْهِضَامِ. 15. اَلْعِنَبُ يُفِيْدُ فِي الْسُّعَالِ وَالْزُّكَامِ إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 16. اَلْعِنَبُ يُزِيْدُ الْحَلِيْبَ فِي الأمِّ. 17. اَلْعِنَبُ يُقَوِّي الْرَّحِمَ وَالْجَنِيْنَ. 18. اَلْعِنَبُ يُفِيْدُ فِي خُرُوْجِ الأَسْنَانِ لِلْصِّغَارِ إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 19. اَلْعِنَبُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْحُمَّى. 20. اَلْعِنَبُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْصَّرْعِ (مرگی). 21. اَلْعِنَبُ يُقَوِّي الْرِّئَةَ. 22. اَلْعِنَبُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْزُّكَامِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 23. اَلْعِنَبُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ قِلَّةِ الْلَّبَنِ فِي الْنِّسَاءِ. 24. شُرْبُ عَرْقِ الْعِنَبِ بَعْدَ الْفَجْرِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْصُّدَاعِ نِصْفِ الْرَّأسِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 25. عَرْقُ الْعِنَبِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإِمْسَاكِ لِلأَطْفَالِ. 26. شُرْبُ قَهْوَةِ وَرَقِ الْعِنَبِ يُفِيْدُ فِي أَلَمِ الْكِلْيَةِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

مَضَارُ الإِسْرَافِ فِي الْعِنَبِ: اَلإِسْرَافُ فِي الْعِنَبِ يَكُوْنُ سَبَباً لِحَصَاةِ الْكِلْيَةِ، وَكَذَلِكَ يَحْتَوِي عَلَى نِسْبَةٍ مُرْتَفِعَةٍ مِنْ سُكَّرِ الْجُلُوكُوزِ الطَّبِيْعِيّ مِمَّا يُؤَدِّي لِارْتِفَاعِ نِسْبَةِ السُّكَرِ فِي الدَّمِ، خُصُوصاً لِلأَشْخَاصِ الَّذِيْنَ يُعَانُوْنَ مِنَ الإِصَابَةِ بِمَرَضِ السُّكَرِيِّ.

دَلَالَةُ الْعِنَبِ عَلَى وُجُوْدِ اللهِ تَبَارَكَ وَ تَعَالَى: إِنَّ تَصْوِيْرَ الْعِنَبِ الصِّنَاعِيّ لَا يُصْنَعُ إِلَّا بِصَانِعٍ فَتَفَكَّرُوا أَيُّهَا الْإِخْوَةُ وَالأَخَوَاتُ أَنَّ الْعِنَبَ الْحَقِيْقِيَّ بِأَنْوَاعٍ وَأَقْسَامٍ وَبِلَذَّاتٍ وَفَوَائِدَ عَجِيْبَةٍ كَيْفَ لَا يَدُلُّ عَلَى وُجُوْدِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى وَعَلَى قُدْرَتِهِ وَعَلَى عَظْمَتِهِ.

نِعْمَةُ الْمَوْزِ

انگلش تلفظ	انگلش	اردو	عربي
بنانا	Banana	کیلا	اَلْمَوْزُ

نِعْمَةُ الْمَوْزِ: اَلْمَوْزُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَالْمَوزُ يَكُوْنُ مَمْلُوءً بِالْمَعَادِنِ الْعُنْصَرِيَّةِ الَّتِي تُفِيْدُ الإِنْسَانَ فِي الأَمْرَاضِ الْمُخْتَلِفَةِ، وَالْمَوزُ مَمْلُوْءٌ بِالْمِغْنِيْشِيَم، وبُوتَاشِيْمِ، وَفَاسْفُوْرَسَ، وَكِيْلِسِيْمِ، وَالْفُوْلَاذِ وَغِيْرِ ذَلِكَ، وَكُلُّ هَذِهِ الأَشْيَاءُ مُفِيْدَةٌ لِصِحَّةِ الإِنْسَانِ. فَتَبَارَكَ اللهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِيْنَ.

طَبِيْعَةُ الْمَوْزِ: مُعْتَدِلٌ فِي الْحَرَارَةِ وَالْبُرُوْدَةِ، اَللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى هُوَ الشَّافِي.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْمَوْزِ: 1. اَلْمَوزُ يُقَوِّي الْقَلْبَ إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. اَلْمَوزُ يُفِيْدُ فِي صِحَّةِ الْعَيْنِ. 3. اَلْمَوزُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ فَقْرِ الدَّمِ إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 4. اَلْمَوزُ يُقَوِّي نِظَامَ الْكِلْيَةِ. 5. اَلْمَوزُ يُقَوِّي نِظَامَ التَّنَفُّسِ. 6. اَلْمَوزُ يُفِيْدُ فِي أَمْرَاضِ الْمَعِدَةِ وَ يُزِيْلُ الْحُمُوْضَةَ (تیزابیت). 7. اَلْمَوزُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْحُلْقُوْمِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى 8. اَلْمَوزُ مَعَ اللَّبَنِ مِنْ أَحْسَنِ الْمَوَادِ الْغِذَائِيَّةِ. 9. اَلْمَوْزُ عَلَى الرِّيْقِ يُفِيْدُ فِي نِظَامِ الأَمْعَاءِ وَالْمَعِدَةِ. 10. اَلْمَوزُ يُقَوِّي الْقُوَّةَ الْجِنْسِيَّةَ. 11. اَلْمَوزُ يُزِيْلُ النَّحَافَةَ. 12. اَلْمَوزُ يُقَوِّي الأَعْصَابَ. 13. اَلْمَوزُ يُفِيْدُ فِي

مَرَضِ الإِمْسَاكِ وَالإِسْهَالِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 14. اَلْموزُ يُزِيْلُ الْقُرُوْحَ عَنِ الْفَمِ. 15. اَلْمَوزُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الرُّعَافِ (نکسیر). 16. اَلْمَوْزُ مَعَ الزَّبَادِيّ (دہی) يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإِسْهَالِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 17. اَلْمَوْزُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الرَّعْشَةِ. 18. اَلْمَوْزُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الصَّرْعِ. 19. اَلْمَوْزُ مَعَ اللَّبَنِ الرَّائِبُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ قُرُوْحِ الْفَمِ وَاللِّسَانِ. 20. وَضْعُ الْمَوْزِ الْغَيْرِ النَّاضِجِ عَلَى الْمَكَانِ الْمُحْتَرَقِ يُفِيْدُ فِي صِحَّتِهِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 21. اَلْمَوْزُ مَعَ الْعَسَلِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ أَكْلِ التُّرَابِ لِلأَطْفَالِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

مَضَارُّ الإِسْرَافِ فِي الْمَوْزِ: 1. اَلإِسْرَافُ فِي الْمَوْزِ تَزِيْدُ مَشَاكِلَ الصُّدَاعِ النِّصْفِيّ. 2. الإِسْرَافُ فِي الْمَوْزِ قَدْ يُسَبِّبُ مَشَاكِلَ فِي الأَمْعَاءِ وَالْبَطْنِ، مِثْلَ: الإِمْسَاكِ أَوِ الإِسْهَالِ. 3. اَلإِسْرَافُ فِي الْمَوْزِ قَدْ تُؤَدِّي إِلَى زِيَادَةِ الْوَزْنِ. 4. اَلإِسْرَافُ فِي الْمَوْزِ يَكُوْنُ سَبَباً لِتَسَوُّسِ الأَسْنَانِ.

دَلَالَةُ الْمَوْزِ عَلَى وُجُوْدِ اللهِ تَبَارَكَ وَ تَعَالَى: تَفَكَّرُوا أَيُّهَا الْكَافِرُوْنَ وَالْمُلْحِدُوْنَ وَالْمُنْكِرُوْنَ إِنَّ تَصْوِيْرَ الْمَوْزِ الْمَصْنُوْعِيّ لَا يُصْنَعُ إِلَّا بِصَانِعٍ فَالْمَوْزُ الْحَقِيْقِيُّ بِلَذَّاتٍ وَفَوَائِدَ عَجِيْبَةٍ هَلْ يُصْنَعُ بِغَيْرِ خَالِقٍ وَصَانِعٍ؟ لَا، حَاشَا وَكَلَّا. فَتَبَارَكَ اللهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِيْنَ.

نِعْمَةُ الْجَوَّافَةِ

انگلش تلفظ	انگلش	اردو	عربي
گوآوا	Guava	امرود	اَلْجَوَّافةُ

نِعْمَةُ الْجَوَّافَةِ: اَلْجَوَّافَةُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَالْجَوَّافَةُ مَلِيْئَةٌ بِالْمَوَادِ الْغِذَائِيَّةِ، وَيُوْجَدُ فِيْهِ فِيْتَامِيْنُ أ (A)، وب (B)، وث (C)، بِمِقْدَارٍ وَافِرٍ، وَلِهَذَا يُقَالُ: إِنَّ الْجَوَّافَةَ مِنَ الْفَوَاكِهِ الْمُفِيْدةِ جِداً لِصِحَّةِ الإِنْسَانِ. وَإِنْ تَعُدُّوا نِعْمَةَ اللهِ لَا تُحْصُوْهَا.

طَبِيْعَةُ الْجَوَّافَةِ: حَارٌّ وَرَطْبٌ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْجَوَّافَةِ: **1**. اَلْجَوافَةُ تُقَوّي الْقَلْبَ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **2**. اَلْجوافَةُ تُنَشّطُ الْدّمَاغَ. **3**. اَلْجوافَةُ تُنَظّفُ الْدَّمَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **4**. اَلْجوافَةُ تُقَوّي الْكَبِدَ. **5**. اَلْجوافَةُ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الْدَّمِ. **6**. اَلْجوافَةُ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسُّعَالِ (کھانسی) وَالزُّكَامِ. **7**. اَلْجَوَّافةُ تُزِيْلُ اِلْتِهَابَ الْمَعِدَةِ وَالْمَثَانَةِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **8**. اَلْجَوَّافَةُ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإمْسَاكِ. **9**. اَلْجوافَةُ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْبَوَاسِيْرِ. **10**. اَلْجوافَةُ تَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأكْلِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **11**. اَلْجوافَةُ تُزِيْلُ الإمْسَاكَ الْمُزْمِنَ (دائمی قبض). **12**. اَلْجَوافَةُ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْغَازَاتِ فِي الْبَطَنِ وَالْمَعِدَةِ. **13**. اَلْجوافَةُ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَّرْطَانِ وَالْشَّلَّاءِ (فالج). **14**. اَلْجَوافَةُ تُزِيْلُ الْمَوَادَ الْمَسْمُوْمَةَ (زہریلے مادے) مِنَ الْدَّمِ. **15**. اَلْجوافَةُ تُزِيْلُ الْبَلْغَمَ الْمُجَمَّعَةَ عَلَى الْصَّدْرِ. **16**. اَلْجوافةُ تُقَوّي الْكِلْيَةَ وَالْمَثَانَةَ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **17**. اَلْجَوَّافَةُ مَعَ الْمِلْحِ يُفِيْدُ فِي أَلَمِ الْبَطْنِ. **18**. اَلْجَوَّافَةُ يُفِيْدُ فِي قُرُوْحِ الأمْعَاءِ. إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **19**. اَلْجَوَّافَةُ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْاِضْطِرَابِ وَالْضَّغْطِ الْذِّهْنِيّ. **20**. اَلْجَوَّافَةُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْصَّرْعِ (مرگی). **21**. دَلْكُ الأسْنَانِ بِأَوْرَاقُ الْجَوَّافَةِ تُقَوّي الأسْنَانَ وَالْلِّثَّةَ. **22**. اَلْغَرْغَرَةُ بِالْمَاءِ الْسَّاخِنِ لِأوْرَاقِ الْجَوَّافَةِ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْلِّثَّةِ وَالأسْنَانِ وَلِسَيَلَانِ الْدَّمِ مِنَ الْلِّثَّةِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

نِعْمَةُ الْبِطِّيْخِ الأحْمَرِ

عربی	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْبِطّيخُ الأحْمَرُ	تربوز	**Water Melon**	واٹر میلن

نِعْمَةُ الْبِطِّيْخِ الأحْمَرِ: اَلْبِطّيْخُ الأحْمَرُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

أيُّهَا الإخْوَةُ والأخْوَاتُ تَفَكَّرُوا فِي الْبِطّيْخِ الأحْمَرِ كَيْفَ خَلَقَ اللهُ سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى بِتَرْتِيْبٍ عَجِيْبٍ وَكَيْفَ خَلَقَ وَصَنَعَ الْبِطّيْخَ مِنَ الْمَاءِ وَالْتُّرَابِ، وَإذَا تَفَكَّرْنَا فِي كَرْمِ الْبِطّيْخِ الأحْمَرِ فإنَّها ضَعِيْفَةٌ جِداً وَأمَّا ثَمَرَتُهَا فَإنَّهَا مِنْ أثْقَلِ الْفَوَاكِهِ، فَهَذِهِ هِيَ قُدْرَةُ اللهِ، وَالْدِّرَاسَةُ الْحَدِيْثَةُ

تَقُوْلُ: إنَّ جَمِيْعَ الأَوْرَاقِ لِلْفَوَاكِهِ وَالْخَضْرَاوَاتِ تَأخُذُ الْطَّاقَةَ الْخَاصَّةَ وَالْمَوَادَ الْغِذَائِيَّةَ مِنَ الْشَّمْسِ كَماَ يُصْنَعُ الْكَهْرَبَاءُ مِنَ الْلَّوَائِحِ الْشَّمْسِيَّةِ (سولر شيٹ) فِي الْزَّمَنِ الْجَدِيْدِ.

طَبِيْعَةُ الْبِطِّيْخِ الْأَحْمَرِ: بَارِدٌ وَرَطَبٌ، فَعَلَيْنَا أنْ نَسْتَعْمِلَ مَعَ الْبِطِّيْخِ شَيئاً حَاراً وَجَافًا مِثلَ الْمِلْحِ أوِ الْفِلفِلِ الأسْوَدِ. اَللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى هُوَ الْشَّافِي.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْبِطِّيْخِ الأحْمَرِ: 1. اَلْبِطِّيخُ الأَحْمَرُ يُقَوِّي الْدِّمَاغَ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. اَلْبِطِّيْخُ الأَحْمَرُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْنَّوْبَةِ الْقَلْبِيَّةِ (ہارٹ اٹیک). 3. اَلْبِطِّيْخُ الأَحْمَرُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الْدَّمِ. 4. اَلْبِطِّيْخُ الأَحْمَرُ يُزِيْلُ الْعَطَشَ الْشَّدِيْدَ وَجَفَافَ الْحَلْقِ وَالْلِّسَانِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 5. اَلْبِطِّيْخُ الأَحْمَرُ يُزِيْلُ الْحَرَارَةَ الْزَّائِدَةَ لِلْمَثَانَةِ وَالْكَبِدِ. 6. اَلْبِطِّيْخُ الأَحْمَرُ يُزِيْلُ جَفَافَ الأمْعَاءِ. 7. اَلْبِطِّيْخُ الأَحْمَرُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإمْسَاكِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 8. اَلْبِطِّيْخُ الأَحْمَرُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَّرْطَانِ. 9. اَلْبِطِّيْخُ الأَحْمَرُ يَفْتَحُ الْعُرُوْقَ الْصَّغِيْرَةَ لِلْدَّمِ. 10. اَلْبِطِّيْخُ الأَحْمَرُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْيَرْقَانِ. 11. البطيخُ الأَحْمَرُ يُزِيْلُ الْصُّفْرَةَ لِلْوَجْهِ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 12. اَلْبِطِّيْخُ الأَحْمَرُ مُفِيْدٌ جِداً لِلْكِلْيَةِ. 13. اَلْبِطِّيْخُ الأَحْمَرُ مُفِيْدٌ جِداً لِلْمَعِدَةِ. 14. الْبِطِّيْخُ الأَحْمَرُ يُزِيْلُ الْصُّدَاعَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 15. اَلْبِطِّيْخُ الأَحْمَرُ يَزِيْدُ الْقُوَّةَ الْجِنْسِيَّةَ.

مَضَارُّ الإسْرَافِ فِي الْبِطِّيْخِ الأحْمَرِ: 1. اَلإسْرَافُ فِي الْبِطِّيْخِ الأَحْمَرِ يؤدِّي إلَى الإصَابَةِ بِالْغَازَاتِ فِي الْبَطْنِ. 2. اَلإسْرَافُ فِي الْبِطِّيْخِ الأَحْمَرِ يُؤدِّي إلَى زِيَادَةِ الإسْهَالِ، فَعَلَيْنَا أنْ نَجْتَنِبَ عَنِ الإسْرَافِ فِي أكْلِ الْبِطِّيْخِ الأَحْمَرِ عَمَلاً بِقَوْلِهِ تَعَالَى: ﴿كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا﴾.

نِعْمَةُ الْبُرْتُقَالِ

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْبُرْتُقَالُ	مالٹا	Orange	اورنج

نِعْمَةُ الْبُرْتُقَالِ: اَلْبُرْتُقَالُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى وَدَالَّةٌ عَلَى قُدْرَتِهِ وَوَحْدَانِيَّتِهِ، وَالْبُرْتُقَالُ مَمْلُوءٌ بِالْفَوَائِدِ الْغِذَائِيَّةِ لِصِحَّةِ الإِنْسَانِ. وَإِذَا تَفَكَّرْتَ فِيْمَا يَكُوْنُ فِي دَاخِلِ الْبُرْتُقَالِ فَتَتَحَيَّرُ بِأَنَّ الله تَعَالَى جَعَلَ الْعَصِيْرَ الْحُلْوَ فِي الأَكْيَاسِ الصَّغِيْرَةِ فِي دَاخِلِ الْبُرْتُقَالِ، فَتَبَارَكَ اللهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِيْنَ.

طَبِيْعَةُ الْبُرْتُقَالِ: بَارِدٌ وَرَطْبٌ. اَللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى هُوَ الشَّافِي.

اَلْفَائِدَةُ: عَلَيْنَا أنْ نَسْتَعْمِلَ شَيْئاً حَارّاً وَجَافًّا مَعَ الْبُرْتُقَالِ مِثلَ الْمِلْحِ وَالْفِلْفِلِ الأَسْوَدِ؛ لِأَنَّهُمَا حَارَّانِ وَجَافَّانِ؛ لِأَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ يَسْتَعْمِلُ مَعَ الشَّيءِ الْحَارِّ شَيْئاً بَارِداً وَمَعَ الشَّيءِ الرَّطَبِ شَيْئاً جَافًّا.

فَوَائِدُ الْبُرْتُقَالِ: 1. اَلْبُرتقالُ يُقَوِّي الْقَلْبَ. 2. اَلبرتُقَالُ يُسَكِّنُ الدِّمَاغَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 3. اَلْبُرْتُقَالُ يُزِيْلُ الْعَطَشَ الشَّدِيْدَ وَجَفَافَ الْحَلْقِ وَاللِّسَانِ. 4. اَلْبُرْتُقَالُ يُزِيْلُ الْحُرُوْقَ وَالْبُقَعَ عَنِ الْوَجْهِ وَيَجْعَلُ الْجِلْدَ نَاعِماً وَلَطِيْفاً. 5. اَلْبُرتُقَالُ يُقَوِّي نِظَامَ الْهَضْمِ. 6. اَلْبُرْتُقَالُ يُقَوِّي قُوَّةَ الْمُدَافَعَةِ. 7. اَلْبُرْتُقَالُ يُزِيْلُ الْحَرَارَةَ الزَّائِدَةَ لِلْكَبِدِ وَالْمَعِدَةِ. 8. اَلْبُرْتُقَالُ يُزِيْلُ حُمُوْضَةَ الْمَعِدَةِ. 9. اَلْبُرْتُقَالُ يُقَوِّي الْمَعِدَةَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 10. اَلْبُرتقالُ مُفِيْدٌ فِي مَرَضِ الْكَبِدِ. 11. اَلْبُرتقالُ يُقَوِّي اللِّثَّةَ وَالأَسْنَانَ. 12. اَلْبُرتقالُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الدَّمِ. 13. اَلْبُرتقالُ يُفِيْدُ فِي آلَامِ الْمَفَاصِلِ. 14. اَلْبُرتقالُ يُفِيْدُ فِي السُّعَالِ الْجَافِّ. 15. اَلْبُرتقالُ يُزِيْلُ الْحَرَارَةَ الزَّائِدَةَ عَنِ الْجِسْمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 16. اَلْبرتقالُ يُقَوِّي الْخَلَايَا الْجِسْمَانِيَّةَ. 17. اَلْبُرْتُقَالُ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأَكْلِ. 18. اَلْبُرتُقَالُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْيَرْقَانِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 19. اَلْبُرتقالُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْحُمَّى. 20. اَلدَّلْكُ بِقِشْرِ الْبُرتقالِ يُزِيْلُ الْبُقَعَ مِنَ الْوَجْهِ وَالْجِلْدِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 21. اَلْبُرتُقَالُ يُفِيْدُ فِي النَّزْلَةِ

وَالزُّكَامِ. **22**. اَلدَّلْكُ بِمَسْحُوْقِ قِشْرَةِ الْبُرْتُقَالِ مَعَ الْحَلِيْبِ يُصَفِّي الْوَجْهَ وَيَزِيْدُ حُسْنَهُ. **23**. اَلْمَسْحُوْقُ الْجَافُّ لِقِشْرَةِ الْبُرْتُقَالِ يُفِيْدُ فِي أَمْرَاضِ الأَسْنَانِ وَالْلِّثَّةِ مِثْلَ الْمَعْجُوْنِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

مَضَارُّ الإِسْرَافِ فِي الْبُرْتُقَالِ: **1**. اَلإِسْرَافُ فِي الْبُرْتُقَالُ يُسَبِّبُ زِيَادَةَ الْوَزْنِ. **2**. وَالإِسْرَافُ فِي الْبُرْتُقَالِ يُسَبِّبُ الإِمْسَاكَ وَالإِسْهَالَ.

دَلَالَةُ الْبُرْتُقَالِ عَلَى وُجُوْدِ اللهِ تَبَارَكَ وَ تَعَالَى: أَيُّهَا الْكَافِرُوْنَ وَالْمُنْكِرُوْنَ وَالْمُلْحِدُوْنَ تَفكَّرُوا هَلْ يُصْنَعُ تَصْوِيْرُ الْبُرْتُقَالِ أَوِ الْبُرْتُقَالُ الْمَصْنُوْعُ الَّذِي يُصْنَعُ مِنْ بَلَاسْتِكْ بِغَيْرِ صَانِعٍ؟ كَلَّا، فَشَجَرَةُ الْبُرْتُقَالِ وَأَوْرَاقُهَا وَأَزْهَارُهَا وَثَمَرُهَا بِأَنْوَاعٍ وَأَقْسَامٍ وَأَلْوَانٍ وَبِلَذَّاتٍ عَجِيْبَةٍ وَفَوَائِدَ عَظِيْمَةٍ كَيْفَ يُصْنَعُ بِغَيْرِ صَانِعٍ؟!، وَهَذِهِ الْبُرْتُقَالُ بَأَنْوَاعٍ وَأَقْسَامٍ عَدِيْدَةٍ تَدُلُّ عَلَى قُدْرَةِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى وَعَلَى وُجُوْدِهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

نِعْمَةُ الْبِطِّيْخِ

عربی	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْبِطِّيْخُ	خربوزہ	**Melon**	میلن

نِعْمَةُ الْبِطِّيْخِ: اَلْبِطِّيْخ ثَمَرَةٌ حُلْوَةٌ وَلَذِيْذَةٌ لِفَصْلِ الْصَّيْفِ، وَالْبِطِّيْخ مَلِيْءٌ بِالْمَاءِ بِنِسْبَةِ **95** فِي الْمِائَةِ، اَلْبِطِّيْخُ مُفِيْدٌ فِي كَثِيْرٍ مِنَ الأَمْرَاضِ.

طَبِيْعَةُ الْبِطِّيْخِ: بَارِدٌ وَرَطْبٌ. اَللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى هُوَ الْشَّافِي.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْبِطِّيْخِ: **1**. اَلْبِطِّيْخ يُقَوِّي الْدِّمَاغَ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **2**. اَلْبِطِّيْخ يُفِيْدُ فِي أَمْرَاضِ الْقَلْبِ وَالْكَبِدِ. **3**. اَلْبِطِّيْخ يُقَوِّي نِظَامَ الْقَلْبِ وَالْشَّرَايِيْنِ. **4**. اَلْبِطِّيْخُ يُزِيْلُ الْجَفَافَ لِلْجِسْمِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **5**. اَلْبِطِّيْخ يُقَوِّي الْجِسْمَ. **6**. اَلْبِطِّيْخُ يُفِيْدُ فِي نُعَامَةِ (جلد کو نرم کرنا) الْجِلْدِ وَصَفَاءِ الْوَجْهِ. **7**. اَلْبِطِّيْخُ يُقَوِّي الْنَّظَرَ. **8**. اَلْبِطِّيْخُ يُقَوِّي نِظَامَ الْكِلْيَةِ. **9**. اَلْبِطِّيْخُ مُدِرٌّ لِلْبَوْلِ (پیشاب آور)، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **10**. اَلْبِطِّيْخُ يُزِيْلُ حُرْقَةَ الْكَبِدِ. **11**.

اَلْبِطِّيْخُ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأَكْلِ. 12. اَلْبِطِّيْخُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإِمْسَاكِ. 13. اَلْبِطِّيْخُ مُفِيْدٌ فِي أَمْرَاضِ الْكِلْيَةِ. 14. اَلْبِطِّيْخُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ السَّرَطَانِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 15. اَلْبِطِّيْخُ يُزِيْلُ اِلْتِهَابَ الْبَوْلِ. 16. اَلْبِطِّيْخُ يُكْمِلُ كَمِيَّةَ الْمَاءِ فِي الْجِسْمِ فِي أَيَّامِ الصَّيْفِ. 17. البِطِّيْخُ يُزِيْلُ الْحُمَّى. 18. اَلْبِطِّيْخُ يُزِيْلُ أَلَمَ الْكَبِدِ. 19. اَلْبِطِّيْخُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْيَرْقَانِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

نِعْمَةُ الْخَوْخِ

عربی	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْخَوخُ	آڑو	Peach	پیچ

نِعْمَةُ الْخَوْخِ: اَلْخَوخُ مِنْ ثِمَارِ الصَّيْفِ، وَالْخَوخُ مَلِئٌ بِالْفِيْتَامِيْنِ أ (A)، وب (B)، ث (C)، وَالْخَوْخُ مَمْلُوْءٌ بِالْكِلْسِيَمِ، وَالْفُوْلَاذِ، وَجَمِيْعُ هَذِهِ الأَشْيَاءِ مُفِيْدَةٌ جِدّاً لِجِسْمِ الإِنْسَانِ.

طَبِيْعَةُ الْخَوْخِ: بَارِدٌ وَرَطْبٌ، عَلَيْنَا أنْ نَسْتَعْمِلَ مَعَ الْخَوْخِ شَيْئاً حَارًّا وَجَافًّا مِثْلَ الْمِلْحِ أوِ الْفِلْفِلِ الأَسْوَدِ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْخَوْخِ: 1. اَلْخَوْخُ يُقَوِّي الدِّمَاغَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. اَلْخَوْخُ يُنَشِّطُ الدِّمَاغَ. 3. اَلْخَوْخُ يُزِيْلُ الرَّائِحَةَ الْكَرِيْهَةَ لِلْفَمِ. 4. اَلْخَوْخُ يُزِيْلُ الْعَطَشَ وَجَفَافَ الْحَلْقِ وَاللِّسَانِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 5. اَلْخَوْخُ يُقَوِّي اللِّثَّةَ وَالأَسْنَانَ. 6. اَلْخَوْخُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْيَرْقَانِ. 7. اَلْخَوْخُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْقَيْءِ وَالْبَلْغَمِ. 8. اَلْخَوْخُ يَجْعَلُ طَعْمَ الْفَمِ طَيِّباً. 9. اَلْخَوْخُ يُفِيْدُ فِي قَتْلِ دِيْدَانِ الْبَطْنِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.10. اَلْخَوْخُ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأَكْلِ. 11. اَلْخَوْخُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإِمْسَاكِ. 12. اَلْخَوْخُ مُفِيْدٌ فِي الْحُمَّى. 13. اَلْخَوْخُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ السُّكَرِيِّ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 14. اَلْخَوْخُ يُقَوِّي نِظَامَ التَّنَفُّسِ. 15. اَلْخَوْخُ يُفِيْدُ فِي السُّعَالِ الْجَافِّ (خشک کھانسی). 16. اَلْخَوْخُ يَكْسُرُ الْحَصَى لِلْمَثَانَةِ وَالْكِلْيَةِ. 17. اَلْخَوْخُ

يُقَوِّي قُوَّةَ الْمُدَافَعَةِ. 18. اَلْخَوْخُ يُفِيْدُ فِي الأمْرَاضِ الْجِلْدِيَّةِ. 19. اَلْخَوْخُ يُزِيْلُ اِلْتِهَابَ الْمَعِدَةِ وَالأمْعَاءِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 20. اَلْخَوْخُ يُقَوِّي الْمَعِدَةَ وَالْكَبِدَ.

دَلَالَةُ الْخَوْخِ عَلَى وُجُوْدِ اللهِ تَبَارَكَ وَ تَعَالَى: تَفَكَّرُوا أيُّهَا الْكَافِرُوْنَ وَالْمُلْحِدُوْنَ وَالْمُنْكِرُوْنَ لِوُجُوْدِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى إنَّ تَصْوِيْرَ الْخَوْخِ أَوِ الْخَوْخَ الْمَصْنُوْعِيَّ لَا يُصْنَعُ إلَّا بِصَانِعٍ فَالْخَوْخُ الْحَقِيْقِيُّ بِلَذَّاتٍ وَفَوَائِدَ عَجِيْبَةٍ هَلْ يُصْنَعُ بِغَيْرِ خَالِقٍ وَصَانِعٍ؟ لَا، حَاشَا وَكَلَّا.

نِعْمَةُ الْبَرْقُوقِ

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْبَرْقُوقُ	آلوبخارا	Plum	پلم

نِعْمَةُ الْبَرْقُوْقِ: اَلْبَرْقُوْقُ مَمْلُوءٌ بِاللَّذَّةِ الْطَّيِّبَةِ وَيُوْجَدُ فِيْهِ فِيْتَامِيْنُ أ (A)، وب (B)، وث (C)، وكِيْلْسِيَم، وَالْفُوْلَاذِ، وَالْفَاسْفُوْرَسِ، وَجَمِيْعُ هَذِهِ مُفِيْدَةٌ جِداً لِجِسْمِ الإنْسَانِ، اَلْبَرْقُوْقُ الْجَافُّ أيْضاً مُفِيْدٌ لِصِحَّةِ الإنْسَانِ. وَيُوْجَدُ فِي الْعَالَمِ أكْثَرُ مِنْ 100 مِائَةُ أنْوَاعٍ وَأقْسَامٍ لِلْبَرْقُوْقِ. وَالله تَبَارَكَ وَتَعَالَى عَلَّبَ الْبَرْقُوْقَ بِالْقِشْرَةِ الْجَمِيْلَةِ، فَتَبَارَكَ اللهُ أحْسَنُ الْخَالِقِيْنَ.

طَبِيْعَةُ الْبَرْقُوْقِ: بَارِدٌ وَرَطْبٌ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْبَرْقُوْقِ: 1. اَلْبَرقوقُ يُقَوِّي الْقَلْبَ. 2. اَلْبَرْقُوقُ يُقَوِّي الْدِّمَاغَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 3. اَلْبَرْقُوْقُ يُزِيْلُ الْحَرَارَةَ الزَّائِدَةَ مِنَ الْجِسْمِ. 4. اَلْبَرْقُوْق يُقَوِّي حَرَكَةَ الْقَلْبِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 5. اَلْبَرْقُوْقُ يُنَشِّطُ الْجِسْمَ. 6. اَلْبَرْقُوْقُ يَزِيْدُ الْدَّمِ. 7. اَلْبَرقوقُ يُزِيْلُ الْصُّفْرَةَ مِنَ الْوَجْهِ. 8. اَلْبَرقوقُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسُّكَّرِي. 9. اَلْبَرقوقُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْصُّدَاعِ. 10. اَلْبَرْقُوْقُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإمْسَاكِ. 11. اَلْبَرقوقُ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأكْلِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 12. اَلْبَرقوقُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْيَرْقَانِ. 13. اَلْبَرْقُوْق يُقَوِّي نِظَامَ الْهَضْمِ. 14. اَلْبَرقوقُ يُخْرِجُ الْمَوَادَ الْمُضِرَّةَ مِنَ الْجِسْمِ. 15. اَلْبَرقوقُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الْدَّمِ. 16.

اَلْبَرقوقُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الأرَقِ وَالْسِّهْرِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **17**. اَلْبرقُوقُ يُزِيْلُ حَرَارَةَ الْكَبِدِ وَالْمَعِدَةِ. **18**. اَلْبَرقوقُ يُفِيْدُ فِي قَتْلِ دِيْدَانِ الْبَطْنِ. **19**. اَلْبرقوقُ يُزِيْلُ اِلْتِهَابَ وَحَرَارَةَ الأيْدِي وَالأرْجُلِ (ہاتھ پاؤں کی جلن). **20**. اَلْبَرقوقُ يُفِيْدُ فِي كَسْرِ حَصَى الْكِلْيَةِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **21**. اَلْبَرقوقُ يُقَوِّي النَّظَرَ. **22**. اَلْبَرْقُوْقُ يُزِيْلُ حَرَارَةَ الْبَوْلِ.

نِعْمَةُ الأنَنَاسِ

عربی	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلأنَنَاسُ	اناس	**Pine apple**	پائن ایپل

نِعْمَةُ أنَنَاسٍ: أنَنَاسُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَعَلامَةٌ عَظِيْمَةٌ عَلَى قُدْرَةِ اللهِ تَعَالَى وَوَحْدَانِيَّتِهِ، وَالْأنَنَاسُ مَمْلُوءٌ بِكَثِيْرٍ مِنَ الْمَوَادِ الْغِذَائِيَّةِ الَّتِي هِيَ مُفِيْدَةٌ جِداً لِجِسْمِ الإنْسَانِ.

طَبِيْعَةُ الأنَنَاسِ: بَارِدٌ وَرَطْبٌ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الأنَنَاسِ: **1**. . اَلأنَنَاسُ يُقَوِّي الْقَلْبَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **2**. الأنناسُ يُقَوِّي الْدِّمَاغَ. **3**. اَلأنَنَاسُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْنَّزْلَةِ وَالْزُّكَامِ. **4**. اَلأنَنَاسُ يُقَوِّي نِظَامَ الْهَضْمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **5**. اَلأنَنَاسُ يُزِيْلُ اِلْتِهَابَ نِظَامِ الْتَّنَفُّسِ. **6**. اَلأنَنَاسُ يُزِيْلُ آلَامَ الْمَفَاصِلِ. **7**. اَلأنَنَاسُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الْدَّمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **8**. اَلأنَنَاسُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْتُّخْمَةِ (بدہضمی). **9**. اَلأنَنَاسُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْحُمَّى. **10**. اَلأنَنَاسُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْيَرْقَانِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **11**. اَلأنَنَاسُ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْكَبِدِ وَالْكِلْيَةِ وَالْمَثَانَةِ. **13**. اَلأنَنَاسُ يُنَظِّفُ الأمْعَاءَ. **14**. اَلأنَنَاسُ يُزِيْلُ الْعَطَشَ الْشَّدِيْدَ وَجَفَافَ الْحَلْقِ وَاللِّسَانِ. **15**. اَلأنَنَاسُ يُقَوِّي الْجِسْمَ. **16**. اَلأنَنَاسُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإمْسَاكِ. **17**. اَلأنَنَاسُ يُفِيْدُ فِي قَتْلِ دِيْدَانِ الْبَطْنِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **18**. اَلأنَنَاسُ يُكْمِلُ كَمِيَّةَ الْمَاءِ فِي الْجِسْمِ. **19**. اَلأنَنَاسُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْبَوَاسِيْرِ.

اَلْفَائِدَةُ: تَفَكَّرُوا أَيُّهَا الإِخْوَةُ وَالأَخَوَاتُ فِي قِشْرَةِ الأَنْنَاسِ كَيْفَ يَخْلُقُ اللهُ سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى بِتَرْتِيْبٍ جَمِيْلٍ هَلْ يَسْتَطِيْعُ جَمِيْعُ الإِنْسِ وَالْجَانِّ وَالْمَلائِكَةِ أَنْ يَخْلُقُوا وَيَصْنَعُوا حَبَّةً وَاحِدَةً لِأَنَنَاسٍ، لَا يَسْتَطِيْعُوْنَ أَبَداً أَبَداً، فَتَفَكَّرُوا أَيُّهَا الإِخْوَةُ وَالأَخَوَاتُ كَيْفَ خَلَقَ اللهُ بِقُدْرَتِهِ وَعَظْمَتِهِ بَلاَيِيْنِ تَنْ أَنَنَاسٍ، وَكَيْفَ يَضَعُ فِيْهَا الْفَوَائِدَ الْصِحِّيَّةَ بِقُدْرَتِهِ وَعَظْمَتِهِ، فَتَبَارَكَ اللهُ أَحَسْنُ الْخَالِقِيْنَ.

نِعْمَةُ ثَمَرِ بَبُو

انگلش تلفظ	انگلش	اردو	عربی
پاپایا	Papaya	پپیتا	ثَمَرُ بَبُو

نِعْمَةُ ثَمَرِ بَبُو: ثَمَرُ بَبُو مَمْلُوءٌ بِكَثِيْرٍ مِنَ الْفَوَائِدِ الْصِحِّيَّةِ وَالْمَوَادِ الْغِذَائِيَّةِ وَلَهَا دَوْرٌ هَامٌّ فِي جِسْمِ الإِنْسَانِ.

طَبِيْعَةُ ثَمَرِ بَبُو: حَارٌّ وَجَافٌّ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ ثَمَرِ بَبُو: **1**. ثَمَرُ بَبُو يُزِيْلُ اِلْتِهَابَ الْمَعِدَةِ وَالْقَلْبِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **2**. ثَمَرُ بَبُو يُزِيْلُ الْقُرُوْحَ مِنَ الْوَجْهِ وَيَصِيْرُ الْوَجْهُ لَطِيْفاً وَصَافِياً وَنَاعِماً. **3**. ثَمَرُ بَبُو يُقَوِّي نِظَامَ الْهَضْمِ. **4**. ثَمَرُ بَبُو يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْتُّخْمَةِ (بدہضمی). **5**. ثَمَرُ بَبُو يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإِمْسَاكِ (قبض). **6**. ثَمَرُ بَبُو يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْبَوَاسِيْرِ. **8**. ثَمَرُ بَبُو يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْإِسْهَالِ. **9**. ثَمَرُ بَبُو يُفِيْدُ فِي كَسْرِ حَصَى الْكِلْيَةِ. **10**. ثَمَرُ بَبُو يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْغَازَاتِ فِي الْبَطْنِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **11**. ثَمَرُ بَبُو مُدِرٌّ لِلْبَوْلِ. **12**. ثَمَرُ بَبُو يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الإِكْلِ. **13**. ثَمَرُ بَبُو يُفِيْدُ فِي قَتْلِ دِيْدَانِ الْبَطْنِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **14**. ثَمَرُ بَبُو يُفِيْدُ فِي أَمْرَاضِ الْمَعِدَةِ وَالْكَبِدِ. **15**. ثَمَرُ بَبُو يُفِيْدُ فِي مَرَضِ سَيَلَانِ الْدَّمِ مِنَ الْلِّثَّةِ. **16**. ثَمَرُ بَبُو يُفِيْدُ فِي أَمْرَاضِ الأَمْعَاءِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

نِعْمَةُ ثَمَرِ الْعُلَّيْقِ

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
ثَمرُ الْعُلَّيْقِ	جامن	Blackberry	جامن

نِعْمَةُ ثَمرِ الْعُلَّيْقِ: ثَمَرُ الْعُلَّيْقِ مَمْلُوءٌ بِالْمَوَادِ الْغِذَائِيَّةِ وَهِيَ مُفِيْدَةٌ جِدًا لِصِحَّةِ الإِنْسَانِ وَ لِجِسْمِ الإِنْسَانِ، وَيُوْجَدُ فِيْهِ بَرُوْتِيْنُ، وَكِيْلِسِيَمُ، وَأَنْوَاعٌ كَثِيْرَةٌ مِنَ الْفِيْتَامِيْنِ وَهِيَ مُفِيْدَةٌ جِداً لِصِحَّةِ الإِنْسَانِ.

طَبِيْعَةُ ثَمرِ الْعُلَّيْقِ: بَارِدٌ وَجَافٌّ، يَنْبَغِيْ لَنَا أَنْ نَسْتَعْمِلَ مَعَ ثَمَرِ الْعُلَيْقِ شَيْئاً حَارًّا مِثْلَ الْمِلْحِ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ ثَمرِ الْعُلَّيْقِ: **1**. ثَمَرُ الْعُلَّيْقِ يُقَوِّي الْدِّمَاغَ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **2**. ثَمَرِ الْعُلَّيْقِ يُنَشِّطُ الْدِّمَاغَ. **3**. ثَمَرُ الْعُلَّيْقِ يُنَشِّطُ الْطَّبِيْعَةَ. **4**. ثَمَرُ الْعُلَّيْقِ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأَكْلِ. **5**. ثَمَرُ الْعُلَّيْقِ يُزِيْلُ الْعَطَشَ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **6**. ثَمَرُ الْعُلَّيْقِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسُّكَرِيِّ. **7**. ثَمَرُ الْعُلَّيْقِ يُزِيْلُ الْقُرُوْحَ وَالْبُقَعَ عَنِ الْجِلْدِ وَالْوَجْه، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **8**. ثَمَرُ الْعُلَّيْقِ يُقَوِّي الْمَعِدَةَ وَالْكَبِدَ. **9**. ثَمَرُ الْعُلَّيْقِ مُدِرٌّ لِلْبَوْلِ. **10**. ثَمَرُ الْعُلَّيْقِ يُقَوِّي الْمَثَانَةَ. **11**. ثَمَرُ الْعُلَّيْقِ يُقَوِّي الْلِّثَّةَ وَالأَسْنَانَ. **12**. ثَمَرُ الْعُلَّيْقِ يُزِيْلُ الْحَرَارَةَ الزَّائِدَةَ لِلْمَعِدَةِ وَالْكَبِدِ. **13**. ثَمَرُ الْعُلَّيْقِ يَزِيْدُ الْدَّمَ فِي الْجِسْمِ. **14**. ثَمَرُ الْعُلَّيْقِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَّرَطَانِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **15**. اَلْدَّلْكُ بِوَرَقِ ثَمَرِ الْعُلَّيْقِ مَعَ الْمِلْحِ يُقَوِّي الأَسْنَانَ وَالْلِّثَّةَ وَيُزِيْلُ أَلَمَ الأَسْنَانِ وَوَرَمَ الْلِّثَّةِ. **16**. اَلْغَرْغَرَةُ بِالْمَاءِ الْسَّاخِنِ فِي وَرَقِ ثَمَرِ الْعُلَّيْقِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ نِفَطِ الْفَمِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **17**. أَكْلُ مَسْحُوْقِ نَوَاةِ ثَمَرِ الْعُلَّيْقِ يُفِيْدُ فِي كَثْرَةِ أَيَّامِ الْنِّسَاءِ. **18**. مَسْحُوْقُ نَوَاةِ ثَمَرِ الْعُلَّيْقِ حَوَالَي غَرَاماً وَاحِداً يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْبَوْلِ فِي الْفِرَاشِ لِلأَطْفَالِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

نِعْمَةُ الْتِّيْنِ

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ

اَلتِّيْنُ	انجیر	Fig	فگ

نِعْمَةُ الْتِّيْنِ: اَلْتِّيْنُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبارَكَ وَتَعَالَى، قَالَ اللهُ تَبارَكَ وَتَعَالَى: ﴿وَالْتِّينِ ۝ وَالْزَّيْتُوْنِ ۝ وَطُوْرِ سِنِيْنَ۝﴾، فَهَذَا دَالٌّ عَلَى أنَّ فِي الْتِّيْنِ فَوَائِدَ كَثِيْرَةً.

طَبِيْعَةُ الْتِّيْنِ: حَارٌّ وَرَطْبٌ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْتِّيْنِ: 1. التِّيْنُ يُقَوِّي الْدِّمَاغَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. اَلْتِّيْنُ يُقَوِّي الأعْصَابَ. 3. اَلْتِّيْنُ يُزِيْلُ آلامَ الأسْنَانِ. 4. اَلْتِّيْنُ يُزِيْلُ الْبَلْغَمَ. 5. اَلْتِّيْنُ يَقْتُلُ دِيْدَانَ الأسْنَانِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 6. اَلْتِّيْنُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْكِلْيَةِ. 7. التِّينُ يُزِيْلُ الْبُقَعَ وَالْنِفَطَ (پھوڑے پھنسیاں) مِنَ الْجِسْمِ. 8. التِّيْنُ يُفِيْدُ فِي إخْرَاجِ الْمَوَادِ الْفَاسِدَةِ وَالْمُضِرَّةِ مِنَ الْجِسْمِ. 9. التِّيْنُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْبَوَاسِيْرِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.10. التِّيْنُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإمْسَاكِ. 11. التِّيْنُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْغَازِ لِلْبَطْنِ. 12. اَلْتِّيْنُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسُّعَالِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبارَكَ وَتَعَالَى. 13. التِّيْنُ يُزِيْلُ اِلْتِهَابَ الْمَعِدَةِ وَالْكَبِدِ. 14. التِّيْنُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الْدَّمِ. 15. اَلتِّيْنُ يُنَظِّفُ الْدَّمَ.

نِعْمَةُ الأُتْرُجِّ

عربی	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلأَتْرُجُّ	چکوترہ	Citron	سِٹرون

نِعْمَةُ الأتْرُجِّ: قَالَ الْنَبِّيُّ سَيِّدُنا وَمَوْلَانَا صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: "عَلَيْكَ بِالْأُتْرُجِّ فَإِنَّهُ يَسُرُّ الْفُؤَادَ وَيَزِيْدُ فِي الْدِّمَاغِ".

اَلأَتْرُجُّ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبارَكَ وَتَعَالَى وَفِيْهِ فَوَائِدُ كَثِيْرَةٌ جِداً.

طَبِيْعَةُ الأتْرُجِّ: بَارِدٌ وَرَطْبٌ، فَعَلَيْنَا أنْ نَسْتَعْمِلَ مَعَ الأتْرُجِّ شَيْئاً حَارًّا وَجَافًّا مِثْلَ الْمِلْحِ أَوِ الْفِلْفِلِ الأسْوَدِ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الأُتْرُجِّ: 1. اَلأُتْرُجُّ يَفْتَحُ شَرَايِيْنَ الْقَلْبِ وَيُقَوِّي الْقَلْبَ. 2. اَلأُتْرُجُّ يُقَوِّي نِظَامَ الْهَضْمِ. 3. اَلأُترُجُّ يُفِيْدُ فِي إِخْرَاجِ الْمَوَادِ الْمُضَارَّةِ وَالْمَسْمُوْمَةِ مِنَ الْجِسْمِ. 4. الأُتْرُجُّ يُزِيْلُ التَّكَاسُلَ وَالْعَطَشَ وَالتَّعَبَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 5. الأُتْرُجُّ يُحَسِّنُ الْوَجْهَ وَالْجِلْدَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 6. الأترُجُّ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ السُّكَرِيِّ. 7. الأترُجُّ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الدَّمِ. 8. الأُتْرُجُّ يُزِيْلُ آلاَمَ الْعِظَامِ 9. اَلأُتْرُجُّ يُقَوِّي الْعِظَامَ. 10. اَلأُتْرُجُّ يُزِيْلُ آلاَمَ الْمَفَاصِلِ. 11. الأُتْرُجُّ يُقَوِّي الأَمْعَاءَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 12. الأُتْرُجُّ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإِمْسَاكِ. 13. الأترَجُّ يُفِيْدُ فِي كَسْرِ حَصَى الْكِلْيَةِ. 14. الأُتْرُجُّ يُقَوِّي الْمِعدَةَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 15. الأُتْرُجُّ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْغَازَاتِ لِلْبَطْنِ. 16. الأُترُجُّ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأَكْلِ.

نِعْمَةُ التُّوتِ

عربی	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلتُّوْتُ	فالسہ	Grewia	گریویا

نَعْمَةُ التُّوتِ: اَلتُّوْتُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَعَالَى، ولِلتُّوْتِ فَوَائِدُ صِحِيَّةٌ جَمَّةٌ لِجِسْمِ الإِنْسَانِ.

طَبِيْعَةُ التُّوتِ: اَلتُّوْتُ الأَسْوَدُ بَارِدٌ وَرَطَبٌ وَالتُّوْتُ الأَبْيَضُ حَارٌّ وَرَطَبٌ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ التُّوتِ: 1. التُّوتُ يُسَكِّنُ الدِّمَاغَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. اَلتُّوْتُ يُحَسِّنُ وَيُقَوِّي الدِّمَاغَ. 3. التُّوتُ يُفِيْدُ فِي صِحَّةِ الْعَيْنِ. 4. التُّوتُ يُفِيْدُ فِي صِحَّة الْفَمِ. 5. التُّوتُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الدَّمِ. 6. التُّوتُ يَكُوْنُ سَبَباً لِاعْتِدَالِ الْكُوْلِيسَتَرُوْلِ فِي الدَّمِ. 7. التُّوتُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ السَّرَطَانِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 8. التُّوتُ يُقَوِّي نِظَامَ الإِنْهِضَامِ. 9. التُّوتُ يُزِيْلُ الْعَطَشَ. 10. التُّوتُ يَزِيْدُ الدَّم فِي الْجِسْمِ. 11. التُّوتُ مُفِيْدٌ فِي إِخْرَاجِ الْبَلْغَمِ مِنَ الصَّدْرِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 12. التُّوتُ يُقَلِّلُ الْحَرَارَةِ الزَّائِدَةَ مِنَ الْجِسْمِ. 13. التُّوتُ يُزِيْلُ اِلْتِهَابَاتِ الْبَوْلِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

نِعْمَةُ الْتَّمرِ

عربی	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْتَّمَرُ	کھجور	Dates	ڈیٹس

نِعْمَةُ الْتَّمرِ: اَلْتَّمَرُ نِعْمَةٌ وَآيَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنَ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، تَفَكَّرُوا فِي شَجَرِ الْنَّخْلِ وَفِي أَوْرَاقِهِ وَأَزْهَارِهِ وَأَثْمَارِهِ، كُلُّ شَيءٍ يَدلُّ عَلَى عَظَمَةِ الْخَالِقِ وَقَدْ ذَكَرَ اللهُ سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى نِعْمَةَ الْتَّمرِ فِي الْقُرآنِ الْكَرِيْمِ وَهَذَا يَدُلُّ عَلَى أَنَّ الْتَّمَرَ مَمْلُوءٌ بِفَوَائِدَ كَثِيْرَةٍ. قَالَ اللهُ تَعَالَى مُخَاطِباً الْسَّيِّدَةَ مَرْيَمَ ـ عَلَيْهَا الْصَّلَاةُ وَالْسَّلَامُ ـ: ﴿وَهُزِّي إِلَيْكِ بِجِذْعِ النَّخْلَةِ تُسَاقِطْ عَلَيْكِ رُطَبًا جَنِيًّا﴾ (سورةمريم:25) وَرَدَ فِي فَضْلِ الْتَّمرِ وَ أَكْلِهِ عِدَّةُ أَحَادِيْثَ، وَ عَنْ سَيِّدَتِنَا عَائِشَةَ ـ رَضِيَ اللهُ عَنْهَا ـ قَالَتْ: قَالَ رَسُولُ ـ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ـ : "يَا عَائِشَةُ بَيْتٌ لَا تَمْرَ فِيهِ جِيَاعٌ أَهْلُهُ".

طَبِيْعَةُ الْتَّمرِ: حَارٌّ وَرَطْبٌ.

اَلْفَائِدَةُ: عَلَيْنَا أَنْ نَسْتَعْمِلَ مَعَ الْتَّمرِ شَيْئاً بَارِداً، كَانَ مِنْ هَدْيِ سَيِّدِنَا وَمَولَانَا مُحَمَّدٍ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَلْفَ أَلْفَ مَرَّةٍ بِعَدَدِ كُلِّ ذَرَّةٍ. أَنَّهُ كَانَ يَسْتَعْمِلُ مَعَ الْتَّمرِ بِطِّيْخاً أَحْمَرَ أَوِ الْخِيَارَ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْتَّمرِ: 1. التَّمرُ يَزِيْدُ الْدَّمَ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. التَّمَرُ يُقَوِّي الْصَّدْرَ وَالْرِّئَةَ. 3. التَّمَرُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسُّكَرِيِّ. 4. اَلتَّمرُ يُقَوِّي الْجِسْمَ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 5. اَلْتَّمَرُ يَزِيْدُ الْخَلَايَا الْحَمْرَاءَ فِي الْدَّمِ الَّتِي تَعْمَلُ عَلَى نَقْلِ الأَكْسِجِيْنِ إِلَى خَلَايَا الْجِسْمِ. 6. اَلْتَّمَرُ يُقَوِّي نِظَامَ الْهَضْمِ. 7. الْتَّمَرُ يُقَوِّي الْعِظَامَ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 8. الْتَّمَرُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْحَسَاسِيَّةِ. 9. اَلْتَّمَرُ يُفِيْدُ فِي تَسْهِيْلِ الْوِلَادَةِ. 10. اَلْتَّمَرُ مُفِيْدٌ لِصِحَّةِ الْحَامِلِ. 11. التَّمرُ يُزِيْلُ الْكُولِسْتَرُوْلَ الْزَّائِدَةَ مِنَ الْجِسْمِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 12. التَّمَرُ يُقَوِّي الأَعْصَابَ. 13. التَّمَرُ يُفِيْدُ فِي الْحُمَّى. 14. التَّمَرُ يُقَوِّي الأَسْنَانَ وَاللِّثَّةَ. 15. التَّمَرُ

يُقَوِّي الْمَعِدَةَ وَالْكَبِدَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 16. شُرْبُ قَهْوَةِ وَرَقِ الْتَّمَرِ يُفِيْدُ فِي قَتْلِ دِيْدَانِ الْبَطْنِ.

اَلْفَائِدَةُ: أَيُّهَا الإِخْوَةُ وَالأَخْوَاتُ تَفَكَّرُوا بِأنَّ اللهَ سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى يَخْلُقُ بِقُدْرَتِهِ وَعَظْمَتِهِ الْتُّمُوْرَ بِأنْوَاعٍ وَأقْسَامٍ عَدِيْدَةٍ مِنَ الْمَاءِ وَالْتُّرَابِ وَعَلَيْنَا أَيُّهَا الإِخْوَةُ وَالأَخْوَاتُ أنْ نُعَوِّدَ أنْفُسَنَا بِأنْ لَا نُضَيِّعَ الْنَّوَاةَ وَالْبُذُوْرَ لِلْفَوَاكِهِ وَالْخَضْرَاوَاتِ وَأنْ لَا نَرْمِيْهَا فِي سَلَّةِ الْقُمَامَةِ وَ الْمَزْبَلَةِ بَلْ نُحَافِظُ عَلَيْهَا وَنَزْرَعُهَا فِي الأَرَاضِي الْمُخْتَلِفَةِ، وَهَذِهِ صَدَقَةٌ جَارِيَةٌ وَيَسْتَفِيْدُ بِهَا الأَجْيَالُ الْقَادِمَةُ.

دَلَالَةُ الْتَّمَرِ عَلَى وُجُوْدِ اللهِ تَبَارَكَ وَ تَعَالَى: أَيُّهَا الْكَافِرُوْنَ وَالْمُنْكِرُوْنَ وَالْمُلْحِدُوْنَ تَفَكَّرُوا هَلْ يُصْنَعُ تَصْوِيْرُ الْتَّمَرِ بِغَيْرِ صَانِعٍ؟ كَلَّا، فَشَجَرَةُ الْتَّمَرِ وَأوْرَاقُهَا وَأزْهَارُهَا وَثَمَرُهَا بِأنْوَاعٍ وَأقْسَامٍ وَألْوَانٍ وَبِلَذَّاتٍ عَجِيْبَةٍ وَفَوَائِدَ عَظِيْمَةٍ كَيْفَ يُصْنَعُ بِغَيْرِ صَانِعٍ؟!، وَهَذِهِ تَدُلُّ عَلَى قُدْرَةِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى وَعَلَى وُجُوْدِهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

نِعْمَةُ الْخِيَارِ

عربی	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْخِيَارُ	کھیرا	Cucumber	کیوکمبر

نِعْمَةُ الْخِيَارِ: اَلْخِيَارُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَ يَحْتَوِي الْخِيَارُ عَلَى نِسْبَةٍ عَالِيَةٍ مِنَ الْمَاءِ.

طَبِيْعَةُ الْخِيَارِ: بَارِدٌ وَرَطْبٌ. عَلَيْنَا أنْ نَسْتَعْمِلَ مَعَ الْخِيَارِ شَيْئاً حَارًّا وَجَافًّا مِثْلَ الْمِلْحِ أوَالْفِلْفِلِ الْأَسْوَدِ، وَكَانَ سَيِّدُنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٌ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَسْتَعْمِلُ الْتَّمَرَ مَعَ الْخِيَارِ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْخِيَارِ: 1. اَلْخِيَارُ يُقَوِّي الْقَلْبَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. اَلْخِيَارُ يُقَلِّلُ الْوَزْنَ الْزَّائِدَ. 3. اَلْخِيَارُ يُفِيْدُ فِي الأَمْرَاضِ الْمُزْمِنَةِ. 4. اَلْخِيَارُ يُقَوِّي الْعِظَامَ. 5. اَلْخِيَارُ يُرَطِّبُ الْجِسْمَ (جسم کوتر رکھنا). 6. اَلْخِيَارُ يَكُوْنُ سَبَباً لِاعْتِدَالِ الْكُولِسْتَرُوْلِ فِي الْدَّمِ. 7. اَلْخِيَارُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الْدَّمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 8. اَلْخِيَارُ يُفِيْدُ فِي اِلْتِهَابِ الْبِشْرَةِ (جلد کی سوزش).

9. اَلْخِيَارُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَّرَطَانِ. 10. الْخيارُ يُقَلِّلُ الْحَرَارَةِ الْزَّائِدَةَ مِنَ الْجِسْمِ. 11. اَلْخيارُ يُفِيْدُ فِي عِلَاجِ الْهَالَاتِ الْسَّوْدَاءِ لِلْعَيْنِ (گہرے حلقے آنکھوں کے اردگرد) ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 12. اَلْخيارُ يُزِيْلُ الْسُّمُوْمِ مِنَ الْجِسْمِ. 13. اَلْخِيَارُ يُفِيْدُ فِي كَسْرِحَصَى الْكِلْيَةِ.14. اَلْخيارُ مَمْلُوءٌ بِالْفِيْتَامِيْنَاتِ، وَالْمَعَادِنِ، وَالْبُوتَاسِيومِ الَّتِي هِيَ مُفِيْدَةٌ جِداً لِصِحَّةِ الإنْسَانِ. 15. اَلْخِيارُ يُقَوِّي عَمَلِيَّةَ الْهَضْمِ. 16. اَلْخيارُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الْدَّمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 17. اَلْخيارُ يُقَوِّي الْشَّعْرَ، وَيَجْعَلُهُ نَضِراً. 18. اَلْخِيارُ مُدِرٌّ لِلْبَوْلِ. 19. اَلْخيارُ يُفِيْدُ فِي نِظَامِ الْهَضْمِ.20. اَلْخِيَارُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإمْسَاكِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

نِعْمَةُ اللَّيْمُونِ

عربی	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَللَّيْمُوْنُ	لیمون	Lemon	لیمن

نِعْمَةُ اللَّيْمُوْنِ: اَللَّيْمُونُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَهُوَ مَمْلُوْءٌ بِكَثِيْرٍ مِنَ الْفَوَائِدِ الْصِّحِيَّةِ.

طَبِيْعَةُ اللَّيْمُونِ: مَاءُ الْلَّيْمُونِ بَارِدٌ وَجَافٌّ، وَأَمَّا قِشْرَةُ اللَّيمونِ فَهُوَ حَارٌّ وَجَافٌّ فَعَلَيْنَا أنْ نَسْتَعْمِلَ الْمِلْحَ أوِ الْفِلْفِلِ الأسْوَدِ مَعَ الْلَّيْمُوْنِ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ اللَّيْمُونِ: 1. اَللَّيمونُ يُقَوِّي الْقَلْبَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.2. اللَّيمونُ يُفِيْدُ فِي قَتْلِ دِيْدَانِ الأمْعَاءِ. 3. اَللَّيمونُ يَكْسُرُ الْحَصَى فِي الْكِلْيَةِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 5. اَللَّيمونُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الْدَّمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى ا. 6. اَللَّيمونُ يَزِيْدُ الْخَلَايَا الْبَيْضَاءَ فِي الْدَّمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 7. اَللَّيمونُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإمْسَاكِ وَالْمَغْصِ. 8. اَللَّيمونُ يُقَوِّي عَمَلِيَّةَ الْمَعِدَةِ. 9. اَللَّيمونُ يُزِيْلُ الْسَّمُنَةَ الزَّائِدَةَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 10. اَللَّيمونُ يُقَوِّي الْلِّثَّةَ وَالأسْنَانَ. 11. أَلْلَّيمونُ يُفِيْدُ فِي نِظَامِ الْتَّنَفُّسِ؛ لأنَّهُ يَزِيْدُ نِسْبَةَ الأكْسِيْجَنَ. 12. اَلْغَرْغَرَةُ بِمَاءِ الْلَّيْمُوْنِ مَعَ الْمَاءِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ قُرُوْحِ الْفَمِ وَوَرَمِ الْلِّثَّةِ. 13.

مَاءُ الْلَّيْمُوْنِ وَمَسْحُوْقُ الْقَرَنْفُلِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الأَسْنَانِ عِنْدَ اسْتِعْمَالِهِ مِثْلَ الْمَعْجُوْنِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **14**. شُرْبُ مَاءِ الْلَّيْمُوْنِ الْوَاحِدِ مَعَ الْعَسَلِ وَالْمِلْحِ صَبَاحاً وَمَساءً يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَّمَانَةِ. **15**. اَلْغَرْغَرَةُ بِمَاءِ الْلَّيْمُوْنِ وَالْمَاءِ الْحَارّ وَالْمِلْحِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْحَنْجَرَةِ. **16**. شُرْبُ مَاءِ الْلَّيْمُوْنِ وَالْمَاءِ الْحَارّ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْنَّزْلَةِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **17**. شُرْبُ مَاءِ الْلَّيْمُوْنِ مَعَ الْمَاءِ الْحَارّ يُفِيْدُ فِي دَوْرَانِ الْرَّأسِ. **18**. شُرْبُ مَاءِ الْلَّيْمُوْنِ مَعَ الْعَسَلِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ اضْطِرَابِ وَخَوْفِ الْقَلْبِ. **19**. شُرْبُ مَاءِ الْلَّيْمُوْنِ وَالْمَاءِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ كَثْرَةِ الْبَوْلِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **20**. شُرْبُ مَاءِ الْلَّيْمُوْنِ وَالْمَاءِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسُّكَّرِيّ. **21**. شُرْبُ مَاءِ الْلَّيْمُوْنِ وَالْمَاءِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْنِّفَطِ وَالْدُّمَلِ. **22**. اَلْتَّدْهِيْنُ بِمَاءِ الْلَّيْمُوْنِ وَزَيْتِ الْنَّارِجِيْلِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْحَكَّةِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **23**. تَدْهِيْنُ الْرَّأسِ بِمَاءِ الْلَّيْمُوْنِ وَالْثَّوْمِ وَالْمَاءِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْقُمَلِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **24**. اَلْتَّدْهِيْنُ بِمَاءِ الْلَّيْمُوْنِ وَالْمِلْحِ يُزِيْلُ أثَرَ سَمّ الْعَقْرَبِ وَالْزَّنْبُوْرِ. **25**. وَضْعُ قَطْرَةِ مَاءِ الْلَّيْمُوْنِ فِي الْعَيْنِ يُفِيْدُ لِلإنْسَانِ الَّذِي لَا يَنْظُرُ فِي الْلَّيْلِ. **26**. اَلْلَّيْمُوْنُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ وَرَمِ الْلِّثَّةِ وَسَيَلَانِ الْدَّمِ مِنَ الْلِّثَّةِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

مَضَارُّ الإسْرَافِ فِي الْلَّيْمُوْنِ: **1**. اَلإسْرَافُ فِي الْلَّيْمُوْنِ يَكُوْنُ سَبَباً لِضُعْفِ الْقُوَّةِ الْجِنْسِيَّةِ. **2**. اَلإسْرَافُ فِي الْلَّيْمُوْنِ يَكُوْنُ سَبَباً لِفَسَادِ الْحَنْجَرَةِ.

نِعْمَةُ الْنَّارِجِيْلِ

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْنَّارِجِيْلُ	ناریل	Coconut	کوکونٹ

نِعْمَةُ الْنَّارِجِيْلِ: اَلْنَّارِجِيْلُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنَ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، تَفَكَّرُوا أيُّهَا الإخْوَةُ وَالأخَوَاتُ عَلَى تَخْلِيْقِ وَتَرْتِيْبِ الْنَّارِجِيْلِ كَيْفَ لَفَّ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى الْنَّارِجِيْلَ الْقِشْرَ الْمَتِيْنَ وَالْقَوِيَّ،

وَفَتْحُهُ يَكُوْنُ صَعْباً جِداً لِلإنْسَانِ، لَوْ كَانَ يَجْعَلُ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى مِثْلَ هَذِهِ الْقِشْرَةَ عَلَى جَمِيْعِ الْخَضْرَوَاتِ فَكَيْفَ كَانَتْ صَعْبَةً لِلإنْسَانِ، فَتَبَارَكَ اللهُ أحْسَنُ الْخَالِقِيْنَ.

طَبِيْعَةُ النَّارِجِيْلِ: بَارِدٌ وَرَطْبٌ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ النَّارِجِيْلِ: 1. اَلْنَّارِجِيْلُ يُسَكِّنُ آلَامَ الْجِسْمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. اَلْنَّارِجِيْلُ يُزِيْلُ الالْتِهَابَاتِ. 3. اَلْنَّارِجِيْلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الأوْرَامِ. 4. النَّارِجِيْلُ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْكَبِدِ. إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 5. اَلْنَّارِجِيْلُ يُفِيْدُ فِي قِلَّةِ الْكُولِيسْتَرُولِ فِي الْدَّمِ. 6. اَلْنَّارِجِيْلُ يُقَوِّي الْجِسْمَ. 8. اَلْنَّارِجِيْلُ يَشْتَمِلُ عَلَى الْمَعَادِنِ الْمُهِمَّةِ لِصِحَّةِ الإنْسَانِ. 9. اَلْنَّارِجِيْلُ يُقَوِّي الْشَّعْرَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 10. اَلْنَّارِجِيْلُ يُفِيْدُ فِي صِحَّةِ الْجِلْدِ. 11. اَلْنَّارِجِيْلُ يُقَوِّي الأعْصَابَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 12. النَّارِجِيْلُ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأكْلِ. 13. النَّارِجِيْلُ يَزِيْدُ قُوَّةَ الْمُدَافَعَةِ (دفاعی قوت) فِي الْجِسْمِ خِلَافَ أمْرَاضٍ خَطِيْرَةٍ. 14. اَلنَّارِجِيْلُ يُقَوِّي الْمَعِدَةَ وَالأمْعَاءَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 15. مَاءُ الْنَّارِجِيْلِ يُقَوِّي الْقَلْبَ وَ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْحَنْجَرَةِ. 16. اَلْنَّارِجِيْلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الْدَّمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 17. مَاءُ الْنَّارِجِيْلِ يُزِيْلُ الْعَطَشَ وَالْحَرَارَةَ الْزَّائِدَةَ مِنَ الْجِسْمِ. 18. اَلْنَّارِجِيْلُ الْغَيْرُ الْنَّاضِجُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ اِلْتِهَابِ الْبَوْلِ.

اَلْفَائِدَةُ: إنَّ الأطِبَّاءَ يَجْعَلُوْنَ لِلْفَوَاكِهِ وَالْخَضْرَوَاتِ وَالأعْشَابِ أرْبَعَ دَرَجَاتٍ فِي الْحَرَارَةِ وَالْبُرُوْدَةِ وَالْجَفَافِ وَالْرُّطُوْبَةِ: اَلْدَّرَجَةُ الأوُلَى، اَلْدَّرَجَةُ الْثَّانِيَةُ، اَلْدَّرَجَةُ الْثَّالِثَةُ، اَلْدَّرَجَةُ الْرَّابِعَةُ. اَلْدَّرَجَةُ الأوُلَى هِيَ أقَلُّ دَرَجَةٍ مِنْ حَيْثُ الْحَرَارَةِ وَالْبُرُوْدَةِ وَالْجَفَافِ وَالْرَّطَبِ، وَالْدَّرَجَةُ الْرَّابِعَةُ هِيَ أعْلَى وَأكْثَرُ دَرَجَةٍ مِنْ حَيْثُ الْحَرَارَةِ وَالْبُرُوْدَةِ وَالْجَفَافِ وَالْرُّطَبِ.

اَلْفَوَاكِهُ الْجَافَّةُ

نِعْمَةُ اللَّوْزِ

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَللَّوْزُ	بادام	Almonds	آلمنڈز

نِعْمَةُ اللَّوْزِ: اَللَّوْزُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، اَللَّوْزُ يُسَمَّى بِمَلِكِ الْفَوَاكِهِ الْجَافَّةِ، وَاللَّوْزُ يُسْتَعْمَلُ مِنْ حَيْثُ الدَّوَاءِ أَيْضاً.

طَبِيْعَةُ اللَّوْزِ: حَارٌّ وَرَطْبٌ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ اللَّوْزِ: 1. اَللَّوْزُ يُقَوِّي الدِّمَاغَ. 2. اَللَّوْزُ يُقَوِّي أعْصَابَ الْقَلْبِ. 3. اَللَّوْزُ يُقَوِّي الذَّاكِرَةَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 4. اَللَّوْزُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ اِلْتِهَابِ الْكَبِدِ. 5. اَللَّوْزُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضُعْفِ الْبَصَارَةِ وَالنَّظَرِ. 6. اَللَّوْزُ يَزِيْدُ الدَّمَ فِي الْجِسْمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 7. اَللَّوْزُ مَمْلُوءٌ بِالْكَيْلَسُوْمِ الَّذِي مُفِيْدٌ جِداً لِلْجِسْمِ. 8. . اَللَّوْزُ يُفِيْدُ فِي تَحْسِيْنِ الْجِلْدِ. 9. اَللَّوْزُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الدَّمِ. 10. اَللَّوْزُ يُقَوِّي الْعِظَامَ وَالأَسْنَانَ ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 11. اَللَّوْزُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ التَّلَعْثُمِ (توتلاپن). 12. اَللَّوْزُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ السُّكَّرِيِّ. 13. اَللَّوْزُ يُفِيْدُ فِي قَتْلِ دِيْدَانِ الْبَطْنِ. 14. اَللَّوْزُ مَمْلُوءٌ بِالْفِيْتَامِيْنَاتِ الَّتِي هِيَ مُفِيْدَةٌ جِداً لِجِسْمِ الإنْسَانِ، إنْ شَاءَ اللهُ

تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 15. اَللَّوْزُ يُفِيْدُ فِي مَسْئَلَةِ الْكُوْلِيْسَترُوْلِ فِي الْجِسْمِ فَيَرْفَعُ مُسْتَوى الْكُوْلِيْسَترُوْلِ النَّافعِ، وَيُخَفِّضُ الْكُوْلِيْسَترُوْلَ الضَّارَ. 16. زَيْتُ الْلَّوْزِ يُقَوِّي الشَّعْرَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 17. اَللَّوْزُ يُزِيْلُ جَفَافَ الأَمْعَاءِ وَالْجِسْمِ. 18. اَللَّوْزُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ قِشْرَةِ الرَّأسِ. 19. اَللَّوْزُ مُدِرٌّ لِلْبَوْلِ (پیشاب آور). 20. اَللَّوْزُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ سَرَطَانِ الْقَولُوْنِ. 21. اِسْتِعْمَالُ اللَّوْزِ مَعَ الْعَسَلِ يُقَوِّي الْجِسْمَ وَيُزِيْلُ ضُعْفَ الْبَدَنِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 22. اَللَّوْزُ يُفِيْدُ فِي إِخْرَاجِ الْغَازَاتِ مِنَ الْبَطَنِ. 23. شُرْبُ زَيْتِ الْلَّوْزِ مَعَ الْلَّبَنِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإمْسَاكِ الْمُزْمِنِ. 24. اِسْتِعْمَالُ الْلَّوْزِ الْمَسْحُوْقِ مَعَ الْعَسَلِ يُقَوِّي الْجِسْمَ.

كَمِيَّةُ أَكْلِ اللَّوْزِ يَوْمِيًّا: مِنْ خَمْسٍ إِلَى سَبْعِ حَبَّاتٍ.

مَضَارُّ الإِسْرَافِ فِي اللَّوْزِ: 1. اَلإِسْرَافُ فِي الْلَّوْزِ يَكُوْنُ سَبَباً لِبَعْضِ الْأَمْرَاضِ الْكَثِيْرَةِ مِنْهَا: 1. اَلْأَلَمُ فِي الْمَعِدَةِ. 2. اَلتَّقَيُّؤُ. 3. اَلْغَثَيَانُ. 4. اَلإِسْهَالُ. 5. اَلْحَكَّةُ. 6. مَشَاكِلُ فِي الْبَلْعِ. 7. ضِيْقُ النَّفْسِ. 8. اَلصُّعُوبَةُ فِي التَّنَفُّسِ.

نِعْمَةُ الْكَاجُو

عربی	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْكَاجُو	کاجو	Cashew	کاشیو

نِعْمَةُ الْكَاجُوْ: اَلْكَاجُو نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَهُوَ مِنْ أَغْلَى الْفَوَاكِهِ مِنَ الْفَوَاكِهِ الْجَافَّةِ، وَالْكَاجُو مَمْلُوءٌ بِالْلَّذَّةِ وَالْطَّعْمِ وَالْفِيْتَامِيْنَاتِ.

طَبِيْعَةُ الْكَاجُو: حَارٌّ وَرَطْبٌ، فَعَلَيْنَا أنْ نَسْتَعْمِلَ شَيْئاً بَارِداً مَعَ الْكَاجُو فِي ضَوْءِ الْطِبِّ النَّبَوِيِّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْكَاجُو: 1. اَلْكَاجُو يُقَوِّي الْقَلْبَ. 2. اَلْكَاجُو يُقَوِّي الذَّاكِرَةَ وَالدِّمَاغَ. 3. اَلْكَاجُو يُفِيْدُ فِي مَرَضِ آلَامِ الْمَفَاصِلِ. 4. اَلْكَاجُو يُقَوِّي الْعِظَامَ. 5. اَلْكَاجُو يُفِيْدُ فِي مَرَضِ السُّكَرِيِّ (شوگر). 6. اَلْكَاجُو يُفِيْدُ فِي مَرَضِ فَقْرِ الدَّمِ. 7. اَلْكَاجُو يُفِيْدُ فِي مَرَضِ اِلْتِهَابِ الْمَعِدَةِ وَيُزِيْلُ

الْحُمُوْضَةَ (تیزابیت). 8. اَلْكَاجُو يُقَوِّي الْكِلْيَةَ وَالْمَعِدَةَ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 9. اَلْكَاجُو يُقَوِّي الأَسْنَانَ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 10. اَلْكَاجُو يُقَوِّي الْعَضَلَاتِ الْجَسْمَانِيَّةَ. 11. اَلْكَاجُو يُقَوِّي اللِّثَّةَ وَالأَسْنَانَ. 12. اَلْكَاجُو يُحسن الْجِلْدِ وَالْبِشْرَةِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 13. اَلْكَاجُو يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْبَرَصِ. 14. اَلْكَاجُو يُقَوِّي الْقُوَّةَ الْمَخْصُوْصَةَ عِنْدَ الرِّجَالِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

كَمِيَّةُ أَكْلِ الْكَاجُو يَوْمِيًّا: كَمِيَّةُ أَكْلِ الْكَاجُو يَوْمِيًّا مِنْ خَمْسٍ إِلَى سَبْعٍ لِلْكِبَارِ، وَلِلْصِّغَارِ مِنْ ثَلَاثٍ إِلَى خَمْسِ حَبَّاتٍ.

مَضَارُّ الإِسْرَافِ فِي الْكَاجُو: 1. اَلْكَاجُو مَمْلوءٌ بِالْدُّهُوْنِ فَالإِسْرَافُ فِي الْكَاجُو يَكُوْنُ سَبَباً لِزِيَادَةِ الْوَزْنِ. 2. اَلإِسْرَافُ فِي الْكَاجُو يَكُوْنُ سَبَباً لِحَصَى الْكِلْيَةِ. 3. اَلإِسْرَافُ فِي أَكْلِ الْكَاجُو مُضِرٌّ لِلْحَامِلِ وَالْجَنِيْنِ. 4. اَلإِسْرَافُ فِي الْكَاجُو يَزِيْدُ الْسُّكَّرَ فِي الْدَّمِ. 5. اَلْدَّكَاتِرُ يَمْنَعُوْنَ الْمَرْضَى عَنْ أَكْلِ الْكَاجُو قَبْلَ الْعَمَلِيَّاتِ الْجَرَاحِيَّةِ. 6. اَلْكَاجُو يَشْتَمِلُ عَلَى الْمِلْحِ وَهَذَا يَكُوْنُ سَبَباً لِضَغْطِ الْدَّمِ. 7. اَلْكَاجُو يَشْتَمِلُ عَلَى الْدُّهُوْنِ فَالإِسْرَافُ فِيْهِ يَكُوْنُ سَبَباً لِصَلَابَةِ الْشَّرَايِيْنِ. 8. اَلإِسْرَافُ فِي الْكَاجُو يَكُوْنُ سَبَباً لِلإِسْهَالِ وَالْغَثَيَانِ.

نِعْمَةُ الْجَوْزِ

عربی	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْجَوْزُ	اخروٹ	Walnuts	وال نٹس

نِعْمَةُ الْجَوْزِ: اَلْجَوْزُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، اَلْجَوْزُ مَمْلُوءٌ بِالْمَوَادِ الْغِذَائِيَّةِ، وَيُسْتَعْمَلُ الْجَوْزُ فِي الْبَسَاكِيْتِ وَالْحَلَاوَى.

طَبِيْعَةُ الْجَوْزِ: حَارٌّ وَرَطْبٌ، فَعَلَيْنَا أَنْ نَسْتَعْمِلَ مَعَ الْجَوْزِ شَيْئاً بَارِداً فِي ضَوْءِ الْطِّبِّ الْنَّبَوِيِّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْجَوْزِ: 1. اَلْجَوْزُ يُقَوِّي الْدِمَاغَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. اَلْجَوْزُ يُقَوِّي الْذَّاكِرَةَ. 3. اَلْجَوْزُ يُقَوِّي نِظَامَ الْهَضْمِ. 4. اَلْجَوْزُ يُقَوِّي الأمْعَاءَ. 5. اَلْجَوْزُ يُقَوِّي الْلِّثَّةَ وَالأسْنَانَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 6. اَلْجَوْزُ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْقَلْبِ. 7. اَلْجَوْزُ يُقَوِّي الْعِظَامَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 8. اَلْجَوْزُ يُفِيْدُ فِي إخْرَاجِ الْمَوَادِ الْفَاسِدَةِ مِنَ الْجِسْمِ. 9. اَلْجَوْزُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإمْسَاكِ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 10 اَلْجَوْزُ يُوَفِّرُ الْجِسْمَ الْحَرَارَةَ وَالْطَّاقَةَ. 11. اَلْدَّلْكُ بِزَيْتِ الْجَوْزِ يُفِيْدُ فِي نُعُوْمَةِ الْشَّعْرِ وَتَقْوِيَتِهَا. 12. اِسْتِعْمَالُ رَمَادِ قِشْرَةِ الْجَوْزِ مَعَ الْمِلْحِ مِثْلَ الْمَعْجُوْنِ يُنَظِّفُ الأسْنَانَ. 13. قِشْرَةُ شَجَرَةِ الْجَوْزِ (دنداسہ) يُسْتَعْمَلُ مِثْلَ الْمَعْجُوْنِ يُقَوِّي اللِّثَّةَ وَيُنَظِّفُ الأسْنَانَ. 14. اَلْجَوْزُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَّرَطَانِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

كَمِيَّةُ أكْلِ الْجَوْزِ يَوْمِيًّا: كَمِيْةُ أكْلِ الْجَوْزِ يَوْمِيًّا ثَلَاثُ حَبَّاتٍ.

مَضَارُّ الإسْرَافِ فِي الْجَوْزِ: 1. اَلإسْرَافُ فِي الْجَوْزِ يَكُوْنُ سَبَباً لِقُرْحَةِ الْمَعِدَةِ. 2. اَلإسْرَافُ فِي الْجَوْزِ يَكُوْنُ سَبَباً لِأمْرَاضِ الْكَبِدِ. 3. اَلإسْرَافُ فِي الْجَوْزِ يُؤَثِّرُ الْجِهَازَ الْهَضْمِيَّ. 4. اَلإسْرَافُ فِي الْجَوْزِ يَكُوْنُ سَبَباً لِظُهُوْرِ الْحُبُوْبِ عَلَى الْوَجْهِ. 5. اَلإسْرَافُ فِي الْجَوْزِ يَكُوْنُ سَبَباً لِلإسْهَالِ. 6. اَلإسْرَافُ فِي الْجَوْزِ يَزِيْدُ ضَغْطَ الْدَّمِ. 7. اَلإسْرَافُ فِي الْجَوْزِ يَزِيْدُ الْنَّوْمَ وَالْنُّعَاسَ.

نِعْمَةُ الْنَّارِجِيْلِ الْجَافِّ

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْنَّارِجِيْلُ	ناریل	Coconut	کوکونٹ

نِعْمَةُ الْنَّارِجِيْلِ: اَلْنَّارِجِيْلُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَيُؤْكَلُ الْنَّارِجِيْلُ نَاضِجاً وَغَيْرَ نَاضِجٍ، اَلْنَّارِجِيْلُ مَمْلُوءٌ بِالْزَّيْتِ، وَكَذَلِكَ مَمْلُوءٌ بِبرُوْتِيْنِ وَالْفِيْتَامِيْنَاتِ وَكَرْبُوهِيْدَرَاتِ.

طَبِيْعَةُ الْنَّارِجِيْلِ: اَلْنَّارِجِيْلُ الْغَيْرُ الْنَّاضِجِ بَارِدٌ وَرَطْبٌ، وَالْنَّارِجِيْلُ الْنَّاضِجُ حَارٌّ وَرَطْبٌ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ النَّارِجِيْلِ: 1. اَلنَّارِجِيْلُ يُقَوِّي الْجِسْمَ وَيُوَفِّرُ الطَّاقَةَ لَهُ. 2. اَلنَّارِجِيْلُ يَزِيْدُ الدَّمَ فِي الْجِسْمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 3. اَلنَّارِجِيْلُ يُقَوِّي الْبَصَارَةَ وَالنَّظَرَ. 4. اَلنَّارِجِيْلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ السَّكْتَةِ الدِّمَاغِيَّةِ (فالج)، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 5. اَلنَّارِجِيْلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ أَلَمِ الظَّهْرِ. 6. اَلنَّارِجِيْلُ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْكِلْيَةِ وَالْمَثَانَةِ. 8. زَيْتُ النَّارِجِيْلِ يُفِيْدُ فِي الْحَكَّةِ (خارش) وَالصَّدَفِيَّةِ (چنبل). 9. زَيْتُ النَّارِجِيْلِ يُحْسِنُ الشَّعْرَ. 10. اَلنَّارِجِيْلُ يَزِيْدُ قُوَّةَ الْمُدَافَعَةِ. 12. اَلنَّارِجِيْلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ حُمُوْضَةِ (تیزابیت) الْمَعِدَةِ. 13. اَلنَّارِجِيْلُ يُفِيْدُ فِي كَثِيْرٍ مِنَ الأمْرَاضِ لِلْجِلْدِ. 14. اَلنَّارِجِيْلُ يُنَظِّفُ الدَّمَ مِنَ الْفُضْلَاتِ وَالسُّمُوْمِ. 15. اَلنَّارِجِيْلُ يَقْتُلُ الْجَرَاثِيْمَ فِي الْجِسْمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 16. اَلنَّارِجِيْلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ تَسَاقُطِ الشَّعْرِ. 17. اَلنَّارِجِيْلُ يُحْسِنُ الْجِلْدَ وَيَجْعَلُهُ نَاعِماً. 20. اَلنَّارِجِيْلُ يُقَوِّي الْكِلْيَةَ وَالْمَعِدَةَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

مَضَارُّ الإسْرَافِ فِي النَّارِجِيْلِ: 1. اَلإسْرَافُ فِي النَّارِجِيْلِ يَكُوْنُ سَبَباً لِزِيَادَةِ الْوَزْنِ. 2. اَلإسْرَافُ فِي النَّارِجِيْلِ يَكُوْنُ سَبَباً لِزِيَادَةِ الْكُولِسْتَرُوْلِ فِي الْجِسْمِ.

نِعْمَةُ الْفُوْلِ السُّودَانِيِّ

عربی	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْفُولُ السُّودَانِيُّ	مونگ پھلی	Peanut	پی نٹ

نِعْمَةُ الْفُوْلِ السُّوْدَانِيِّ: اَلْفُوْلُ السُّودَانِيُّ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَيُسَمَّى الْفُوْلُ السُّوْدَانِيُّ بِاللَّوْزِ الرَّخِيْصِ.

طَبِيْعَةُ الْفُوْلِ السُّوْدَانِيِّ: حَارٌّ وَرَطْبٌ، فَعَلَيْنَا أنْ نَسْتَعْمِلَ شَيْئًا بَارِداً وَجَافًّا مَعَ الْفُوْلِ السُّوْدَانِيِّ فِي ضَوْءِ الطِّبِّ النَّبَوِيِّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ.

فَوَائِدُ الْفُوْلِ السُّودَانِيّ: 1. اَلْفُوْلُ الْسُّودَانِيُّ يُقَوِّي الأعْصَابَ، وَيُزِيْلُ الْضُّعْفَ الأعْصَابِيَّ. 2. اَلْفُولُ الْسُّودَانِيُّ يُنَشِّطُ الْجِسْمَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 3. اَلْفُولُ الْسُّودَانِيُّ يُوَفِّرُ الْجِسْمَ الْطَّاقَةَ. 4. اَلْفُولُ الْسُّودَانِيُّ يُزِيْلُ جَفَافَ الْجِسْمِ. 5. اَلْفُولُ الْسُّودَانِيُّ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسُّكَرِيِّ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 6. اَلْفُولُ الْسُّودَانِيُّ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ حَصَى الْمَرَارَةِ.7. أَكْلُ الْفُولِ الْسُّودَانِيّ يَكُونُ سَبَباً لِمُمَارَسَةِ (ورزش) الأسْنَانِ. 8. اَلْفُولُ الْسُّودَانِيُّ يُقَوِّي الْلِّثَّةَ وَالأسْنَانَ. 9. اَلْفُولُ الْسُّودَانِيُّ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَّرَطَانِ. 10. اَلْفُولُ الْسُّودَانِيُّ يُفِيْدُ فِي كَثِيْرٍ مِنَ الأمْرَاضِ لِلْجِلْدِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 11. اَلْفُولُ الْسُّودَانِيُّ يُقَوِّي الْعَضَلَاتِ. 12. اَلْفُولُ الْسُّودَانِيُّ مُفِيْدٌ جِداً لِلْمَرأَةِ الْحَامِلِ. 13. اَلْفُولُ الْسُّودَانِيُّ يُقَلِّلُ الْوَزْنَ الْزَّائِدَ مِنَ الْجِسْمِ. 14. زَيْتُ الْفُولِ الْسُّودَانِيّ يُقَوِّي الْشَّعْرَ وَيُطِيْلُهَا.

كَمِيَّةُ أَكْلِ الْفُوْلِ الْسُّوْدَانِيّ يَوْمِيًّا: كَمِيَّةُ أَكْلِهِ يَوْمِيًّا مِنْ سَبْعٍ إلَى تِسْعِ حَبَّاتٍ.

مَضَارُّ الإسْرَافِ فِي الْفُوْلِ الْسُّوْدَانِيّ: 1. اَلْفُولُ الْسُّودَانِيُّ مَمْلُوءٌ بِالأمْلَاحِ وَالْسُّكَّرِيَّاتِ وَالْزُّيُوْتِ وَالْدُّهُوْنِ فَالإسْرَافُ فِيْهِ يَكُوْنُ سَبَباً لِلْسُّكَّرِيّ وَضَغْطِ الْدَّمِ. 2. اَلإسْرَافُ فِي الْفُوْلِ الْسُّودَانِيّ يَكُوْنُ سَبَباً لِأمْرَاضِ الْكَبِدِ كَالْسَّرَطَانِ وَالْفَشْلِ الْكَبِدِيّ. 3. اَلإسْرَافُ فِي الْفَوْلِ الْسُّودَانِيّ سَبَبٌ لِلْيَرْقَانِ.

نِعْمَةُ ثَمَرِ الْصَّنُوْبَرِ

انگلش تلفظ	انگلش	اردو	عربي
پائین نٹ	Pine nut	چلغوزہ	ثَمَرُ الْصَّنُوْبَرِ

نِعْمَةُ ثَمَرِ الْصَّنُوْبَرِ: ثَمَرُ الْصَّنُوْبَرِ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، ثَمَرُ الْصَّنُوْبَرِ مِنَ الأثْمَارِ الْلَّذِيْذَةِ وَالْحُلْوَةِ.

طَبِيْعَةُ ثَمَرِ الْصَّنُوْبَرِ: حَارٌّ وَرَطْبٌ، فَعَلَيْنَا أنْ نَسْتَعْمِلَ شَيْئًا بَارِدًا وَجَافًّا مَعَ ثَمَرِ الْصَّنُوْبَرِ فِي ضَوْءِ الْطِّبِّ الْنَّبَوِيّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ ثَمَرِ الْصَّنُوْبَرِ: 1. ثَمَرُ الْصَّنُوْبَرِ يُقَوِّي نِظَامَ الْمُدَافَعَةِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. ثَمَرُ الْصَّنُوْبَرِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسُّعَالِ الْمُزْمِنِ. 3. ثَمَرُ الْصَّنُوْبَرِ يُقَوِّي الْكِلْيَةَ وَالْمَثَانَةَ. 4. ثَمَرُ الْصَّنُوْبَرِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَّكْتَةِ الْدِّمَاغِيَةِ (فالج)، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 5. ثَمَرُ الْصَّنُوْبَرِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ آلَامِ الْمَفَاصِلِ. 6. ثَمَرُ الْصَّنُوْبَرِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ أَلَمِ الْظَّهْرِ. 7. ثَمَرُ الْصَّنُوْبَرِ يُقَوِّي نِظَامَ جَرَيَانِ الْدَّمِ فِي الْجِسْمِ. 8. ثَمَرُ الْصَّنُوْبَرِ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأَكْلِ. 9. ثَمَرُ الْصَّنُوْبَرِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسُّعَالِ الْدِّيْكِيِّ (کالی کھانسی). 10. ثَمَرُ الْصَّنُوْبَرِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَلِّ (دمہ). 11. ثَمَرُ الْصَّنُوْبَرِ يُفِيْدُ فِي حَصَى الْمَرَارَةِ. 12. ثَمَرُ الْصَّنُوْبَرِ يُقَوِّي الأَعْصَابَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 13. اِسْتِعْمَالُ ثَمَرِ الْصَّنُوْبَرِ مَعَ الْعَسَلِ يُقَوِّي الْجِسْمَ وَيُوَفِّرُ الْطَّاقَةَ لِلْجِسْمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 14. ثَمَرُ الْصَّنُوْبَرِ يُقَوِّي جِهَازَ الْتَّنَفُّسِ. 15. ثَمَرُ الْصَّنُوْبَرِ يُنَشِّطُ الْجِسْمَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 16. ثَمَرُ الْصَّنُوْبَرِ يُحَسِّنُ الْنَّظَرَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 17. ثَمَرُ الْصَّنُوْبَرِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَّرَطَانِ. 18. ثَمَرُ الْصَّنُوْبَرِ يَكُوْنُ سَبَباً لِاعْتِدَالِ الْكُولِيْسَتَرُوْلِ فِي الْجِسْمِ. 19. زَيْتُ ثَمَرِ الْصَّنُوْبَرِ يُحَسِّنُ الْشَّعْرَ وَالْبِشْرَ وَالْجِلْدَ،. 20. ثَمَرُ الْصَّنُوْبَرِ يَشْتَمِلُ عَلَى فِيْتَامِيْنَاتِ (أ، ب، س، د) وَالَّتِي تُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْشَّيْخُوْخَةِ قَبْلَ الْأَوَانِ.

نِعْمَةُ الْفُسْتُقِ

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْفُسْتُقُ	پستہ	Pistachio	پستاشو

نِعْمَةُ الْفُسْتُقِ: اَلْفُسْتُقُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، اَلْفُسْتُقُ فَاكِهَةٌ جَافَّةٌ لَذِيْذَةٌ وَحُلْوَةٌ، اَلْفُسْتُقُ يَكُوْنُ بِلَوْنٍ أَخْضَرَ، اَلْفُسْتُقُ مَمْلُوءٌ بِالْمَوَادِ الْغِذَائِيَةِ.

طَبِيْعَةُ الْفُسْتُقِ: حَارٌّ، فَعَلَيْنَا أنْ نَسْتَعْمِلَ شَيْئًا بَارِدًا مَعَ الْفُسْتُقِ فِي ضَوْءِ الْطِّبِّ الْنَّبَوِيِّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْفُسْتُقِ: 1. اَلْفُسْتُقُ يُقَوِّي الْقَلْبَ وَالْدِّمَاغَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. اَلْفُسْتُقُ يُقَوِّي الأَمْعَاءَ. 3. اَلْفُسْتُقُ يُقَوِّي الْذَّاكِرَةَ. 4. اَلْفُسْتُقُ يُقَوِّي الأعْصَابَ. 5. اَلْفُسْتُقُ يَزِيْدُ الْدَّمَ فِي الْجِسْمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 6. اَلْفُسْتُقُ يُفِيْدُ فِي إخْرَاجِ الْمُخَاطِ. 7. اَلْفُسْتُقُ يُقَوِّي الْكِلْيَةَ وَالْمَعِدَةَ. 8. اَلْفُسْتُقُ يُحَسِّنُ الْبِشْرَةَ وَالْجِلْدَ. 9. اَلْفُسْتُقُ يَكُوْنُ سَبَباً لِاعْتِدَالِ حَرَكَةِ الْقَلْبِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

كَمِيَّةُ أَكْلِ الْفُسْتُقِ يَوْمِيًّا: كَمِيَّةُ أَكْلِ الْفُسْتُقِ يَوْمِيًّا مِنْ خَمْسٍ إلَى سَبْعِ حَبَّاتٍ.

مَضَارُّ الإِسْرَافِ فِي الْفُسْتُقِ: 1. اَلإِسْرَافُ فِي الْفُسْتُقِ سَبَبٌ لِزِيَادَةِ الْوَزْنِ. 2. اَلْفُسْتُقُ مَمْلُوءٌ بِصُوْدِيُومِ فَالإِسْرَافُ فِي الْفُسْتُقِ سَبَبٌ لِضَغْطِ الْدَّمِ. 3. اَلإِسْرَافُ فِي الْفُسْتُِق يُؤَثِّرُ الْجِهَازَ الْهَضْمِيَّ. 4. اَلإِسْرَافُ فِي الْفُسْتُقِ يَكُوْنُ سَبَباً لِلأَمْرَاضِ الْتَّالِيَةِ: 1. اَلإِسْهَالُ. 2. اَلإِنْتِفَاخُ. 3. اَلإِمْسَاكُ. 4. آلَامُ الْبَطْنِ. 5. آلَامُ الْمَعِدَةِ. 6. اَلْحَكَّةُ. 7. اَلْقَئُ. 8. فَسَادُ الْحَنْجَرَةِ . 9. تَوَرُّمُ الْعَيْنِ. 10. اَلْسُّعَالُ وَفَسَادُ الْصَّوْتِ.

نِعْمَةُ الْبَرْقُوْقِ الْجَافِّ

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْبَرْقُوْقُ الْجَافُّ	خشک آلو بخارا	Plum	پلم

نِعْمَةُ الْبَرْقُوْقِ الْجَافِّ: اَلْبَرْقُوقُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَالْبَرْقُوقُ مَمْلوءٌ بِالْفِيْتَامِنَاتِ (أ (A)، ب(B)، سي(C)، د(D) وَكَيْلَسُوْمِ، وَفَسْفُوْرَسِ، وَبَرُوْتِيْنِ، وَهَذِهِ الأَشْيَاءُ مُفِيْدَةٌ جِدًا لِجِسْمِ الإنْسَانِ.

طَبِيْعَةُ الْبَرْقُوْقِ: بَارِدٌ وَرَطْبٌ، فَعَلَيْنَا أنْ نَسْتَعْمِلَ شَيْئًا حَاراً وَجَافًّا مَعَ الْبَرْقُوْقِ فِي ضَوْءِ الْطِّبِّ الْنَّبَوِيِّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ.

فَوَائِدُ الْبَرْقُوْقِ: **1**. اَلْبَرْقُوْقُ يُزِيْلُ الْعَطَشَ الشَّدِيْدَ وَيُقَلِّلُ الْحَرَارَةَ الزَّائِدَةَ مِنَ الْجِسْمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **2**. اَلْبَرْقُوْقُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الصَّفْرَاءِ. **3**. اَلْبَرْقُوْقُ يُزِيْلُ اِلْتِهَابَ الْيَدَيْنِ وَالرِّجْلَيْنِ وَالْمَعِدَةِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **4**. اَلْبَرْقُوْقُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ السَّكَرِيِّ. **5**. اَلْبَرْقُوْقُ يُقَوِّي الْجِسْمَ. **6**. اَلْبَرْقُوْقُ مُدِرٌّ لِلْبَوْلِ. **7**. اَلْبَرْقُوْقُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ اِلْتِهَابِ الْبَوْلِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **9**. اَلْبَرْقُوْقُ يُقَوِّي نَظَامَ الْهَضْمِ. **10**. اَلْبَرْقُوْقُ يُفِيْدُ فِي صِحَّةِ الْعَيْنِ. **11**. اَلْبَرْقُوْقُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ السَّرَطَانِ. **12**. اَلْبَرْقُوْقُ يَكُوْنُ سَبَباً لِاعْتِدَالِ الْكُوْلِسْتَرُوْلِ فِي الْجِسْمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **13**. اَلْبَرْقُوْقُ يَزِيْدُ الْخَلَايَا الْحَمْرَاءِ فِي الدَّمِ. **14**. اَلْبَرْقُوْقُ يُفِيْدُ فِي إخْرَاجِ الْمَوَادِ الْمَسْمُوْمَةِ مِنَ الْجِسْمِ. **15**. اَلْبَرْقُوْقُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ هَشَاشَةِ (ٹوٹنا) الْعِظَامِ. **16**. اَلْبَرْقُوْقُ يُقَوِّي الأَعْصَابَ. **17**. اَلْبَرْقُوْقُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ قِشْرَةِ (خشکی) الرَّأسِ. **18**. اَلْبَرْقُوْقُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ تَسَاقُطِ الشَّعْرِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

اَلْـخَضْرَوَ اتُ

نِعْمَةُ الْبَصَلِ

انگلش تلفظ	انگلش	اردو	عربی
اونین	Onion	پیاز	اَلْبَصَلُ

نِعْمَةُ الْبَصَلِ: اَلْبَصَلُ نِعْمَةٌ عَظِيمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَعَالَى، قَالَ سَيِّدُنا وَنَبِيُّنَا مُحَمَّدٌ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: "مَنْ أَكَلَ مِنْ هَذِهِ الشَّجَرَةِ . الثُّومِ وَالْبَصَلِ وَالْكُرَّاثِ .، فَلَا يَقْرُبْنَا فِي مَسَاجِدِنَا، فَإِنَّ الْمَلَائِكَةَ تَتَأَذَّى مِمَّا يَتَأَذَّى مِنْهُ الْإِنْسُ".

طَبِيْعَةُ الْبَصَلِ: حَارٌّ وَجَافٌّ، فَعَلَيْنَا أنْ نَسْتَعْمِلَ مَعَ الْبَصَلِ شَيْئاً بَارِداً وَرَطْباً.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْبَصَلِ: 1. اَلْبَصَلُ يُفِيدُ فِي أمْرَاضِ الْقَلْبِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. اَلْبَصَلُ يُحَسِّنُ الْمِزَاجَ الْجِسْمِيَّ. 3. اَلْبَصَلُ يُقَوِّي الْعِظَامَ. 4. اَلْبَصَلُ يُقَوِّي الأَوْرِدَةَ وَالْشَّرَايِيْنَ. 5. اَلْبَصَلُ يُفِيْدُ فِي صِحَّةِ الْجِلْدِ وَالْشَّعْرِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 6. اَلْبَصَلُ يُزِيْلُ الْاِلْتِهَابَاتِ مِنَ الْجِسْمِ. 7. اَلْبَصَلُ يُقَلِّلُ الْوَزْنَ الزَّائِدَ لِلْجِسْمِ. 8. اَلْبَصَلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الْدَّمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 9. اَلْبَصَلُ مُفِيدٌ لِلْقُوَّةِ الْجِنْسِيَّةِ. 10. اَلْبَصَلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسُّكَّرِيِّ. 11. اَلْبَصَلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الأَرَقِ. 12. اَلْبَصَلُ يُقَوِّي الْمِعِدَةَ. 13. اَلْبَصَلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَّرَطَانِ. 14. اَلْبَصَلُ فِي شَكْلِ الْسَّلَطَةِ يُفِيْدُ فِي كَثِيْرٍ مِنَ الأَمْرَاضِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 15. اَلْبَصَلُ الْمَطْبُوْخُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الرَّبُوْ (دمہ). 16. اَلْبَصَلُ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ

الْرِّئَةِ وَالْحَنْجَرَةِ. 17. اَلْبَصَلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْصَّرْعِ (مرگی) 19. وَضْعُ مَاءِ الْبَصَلِ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْعَيْنِ. 19. مَاءُ الْبَصَلِ مَعَ زَيْتِ الْسِّمْسِمِ يُفِيْدُ فِي آلَامِ الْمَفَاصِلِ بِدَلْكِ الْجِسْمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. اَلْبَصَلُ يُنَظِّفُ الْدَّمَ. 20.

اَلْفَائِدَةُ: تَفَكَّرُوا أَيُّهَا الإخْوَةُ وَالأخَوَاتُ فِي قُدْرَةِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى وَ عَظَمَتِهِ كَيْفَ يَخْلُقُ بَلاَيِيْنَ تَنْ بَصَلٍ فِي كُلِّ مِنْطَقَةٍ وَ فِي كُلِّ بَلَدٍ مِنَ التُّرَابِ، وَكَيْفَ يَلُفُّ قِشْرَتَهُ بَعْضَهَا فَوْقَ بَعْضٍ بِتَرتِيْبٍ مُعْجِزٍ تَكُونُ مُلْتَصِقَةً فِيْمَا بَيْنَهَا دُونَ الْصَّمْغِ وَالأوْتَادِ، وَإذَا فَتَحَ الإنْسَانُ الْبَصَلَ فَلَا يَسْتَطِيْعُ أحَدٌ أنْ يَلُفَّهَا بِنَفْسِ الْتَّرْتِيْبِ أوْ بِتَرْتِيْبٍ سَابِقٍ، فَتَبَارَكَ اللهُ أحْسَنُ الْخَالِقِيْنَ.

دَلَالَةُ الْبَصَلِ عَلَى وُجُوْدِ اللهِ تَبَارَكَ وَ تَعَالَى: هَلْ يُصْنَعُ تَصْوِيْرُ الْبَصَلِ أوِ الْبَصَلُ الْمَصْنُوْعُ مِنْ بَلَاسْتِيْكِ وَغَيْرِ ذَلِكَ بِغَيْرِ صَانِعٍ؟ كَلَّا، فَتَفَكَّرُوا أيُّهَا الْكَافِرُوْنَ وَالْمُلْحِدُوْنَ عَنْ وُجُوْدِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى كَيْفَ يَخْلُقُ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى وَيَصْنَعُ الْبَصَلَ تَحْتَ الْتُّرَابِ، وَيَخْلُقُ مَلَاَيِيْنَ تَنْ بَصَلٍ فِي الْعَالَمِ، وَهَذِهِ تَدُلُّ عَلَى قُدْرَةِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى وَعَلَى وُجُوْدِهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

نِعْمَةُ الْبَطَاطِسِ

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْبَطَاطِسُ	آلو	Potato	پوٹیٹو

نِعْمَةُ الْبَطَاطِسِ: تَفَكَّرُوا أيُّها الإخْوَةُ وَالأخَوَاتُ كَيْفَ خَلَقَ اللهُ تَعَالَى الْبَطَاطِسَ مَلَاَيِيْنَ تَنْ فِي كُلِّ نَاحِيَةِ الأرْضِ وَفِي ظُلُمَاتِ الأرْضِ، وَلَا نَجِدُ فِي الْبَطَاطِسِ أيَّ اخْتَلاطٍ لِلْتُّرَابِ وَالْرَّوْثِ. فَهُوَ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَيَدُلُّ عَلَى عَظَمَتِهِ وَقُدْرَتِهِ وَعَلَى وُجُودِهِ.

الأجْزَاءُ الْكِيْمِيَاوِيَّةُ لِلْبَطَاطِسِ: اَلْبَطَاطِسُ يَشْتَمِلُ عَلَى الأجْزَاءِ الْكِيْمِيَاوِيَّةِ الْتَّالِيَةِ:

1. بُوتَاسِيْومُ (پوٹاشیم). 2. فِيْتَامِنْ سي (C). 3. كِلْسِيْومُ (کیلشیم). 4. فُوْسَفُوْرَسُ (فاسفورس). 5. مِيْغَنِيْسِيْومُ (میگنیشیم). 6. صُوْدِيْومُ (سوڈیم). 7. كِبْرِيْتٌ (گندھک). 8. كَلُوْرُ (کلورین). 9. اَلْيُوْدُ (آیوڈین). وَمَعَ ذَلِكَ تُوْجَدُ فِيْهِ كَثِيْرٌ مِنَ الأنْوَاعِ لِلْفِيْتَامِيْنِ الَّتِي مُفِيْدَةٌ جِداً لِلْجِسْمِ.

طَبِيْعَةُ الْبَطَاطِسِ: بَارِدٌ وَجَافٌّ.

فَوَائِدِ نِعْمَةِ الْبَطَاطِسِ: 1. اَلْبَطَاطِسُ يُفِيْدُ فِي صِحَّةِ الْقَلْبِ. 2. اَلْبَطَاطِسُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْنَّوْبَاتِ الْقَلْبِيَّةِ (ہارٹ اٹیک)، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 3. اَلْبَطَاطِسُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الْدَّمِ. 4. اَلْبَطَاطِسُ يُقَوِّي الْجِسْمَ فَهِيَ تَحْتَوِي عَلَى فِيتَامِيْنِ ج (D) وَبَعْضِ الْمَعَادِنِ الْهَامَّةِ الَّتِي تُقَوِّي الْجِسْمَ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 5. اَلْبَطَاطِسُ يُقَوِّي الْنِّظَامَ الْعَصَبِيَّ؛ لِأَنَّ اَلْبَطَاطِسَ تَحْتَوِي عَلَى فِيْتَامِيْنِ ب (B) وَبَعْضِ الْعَنَاصِرِ الْغِذَائِيَّةِ الْهَامَّةِ الَّتِي تُقَوِّي الْخَلَايَا الْعَصَبِيَّةَ. 6. اَلْبَطَاطِسُ يُقَوِّي الْعِظَامَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 7. اَلْبَطَاطِسُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَّرَطَانِ. 8. اَلْبَطَاطِسُ يَكُوْنُ سَبَباً لِاعْتِدَالِ الْكُولِيسترُولِ فِي الْدَّمِ. 9. اَلْبَطَاطِسُ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأَكْلِ. 10. اَلْبَطَاطِسُ يُفِيْدُ فِي نِظَامِ الْهَضْمِ. 11. اَلْبَطَاطِسُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإِسْهَالِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 12. اَلْبَطَاطِسُ يَشْتَمِلُ عَلَى فِتَامِيْنِ جِي (G) الَّتِي تَكُوْنُ مُفِيْدَةً لِمَنْعِ الْشَّيْخُوْخَةِ قَبْلَ أَوَانِهِ. 13. اَلْبَطَاطِسُ الْمَغْلِيَّةُ مَعَ الْفِلْفِلِ الأَسْوَدِ مُفِيْدٌ جِداً لِنُمُوْءِ الْصِّغَارِ. 14. اَلْبَطَاطِسُ الْغَيْرُ الْمَطْبُوْخُ يُفِيْدُ فِي انْدِمَالِ الْجُرُوْحِ الْمُحْتَرَقَةِ. 15. وَضْعُ عَرَقِ الْبَطَاطِسِ عَلَى الْدُّمَلِ مُفِيْدٌ جِداً، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

مَضَارُ الإِسْرَافِ فِي الْبَطَاطِسِ: 1. الإِسْرَافُ فِي الْبَطَاطِسِ يَزِيْدُ الْوَزْنَ. 2. اَلإِسْرَافُ فِي الْبَطَاطِسِ يُسَبِّبُ غَازَاتٍ فِي الْبَطْنِ خَاصَّةً فِي حَالِ تَنَاوُلِهَا مَقْلِيَّةً. 3. اَلإِسْرَافُ فِي الْبَطَاطِس يَرْفَعُ نِسْبَةَ الْسُّكَرِ فِي الْجِسْمِ. 4. اَلإِسْرَافُ فِي الْبَطَاطِسِ يُسَبِّبُ الْعَطَشَ. 5. اَلإِسْرَافُ فِي الْبَطَاطِسِ يَكُوْنُ سَبَباً لِآلَامِ الْمَفَاصِلِ.

اَلْفَائِدَةُ: اَلْبَطَاطِسُ الْمَغْلِيَّةُ مَعَ الْفِلْفِلِ الأَسْوَدِ أَكْثَرُ فَائِدَةً مِنَ الْبَطَاطِسِ الْمَقْلِيَّةِ. وَلَا بُدَّ مِنَ الْاِبْتِعَادِ وَالْتَّجَنُّبِ عَنْ كَثْرَةِ أَكْلِ الْبَطَاطِسِ الْمَقْلِيَّةِ. وَكَذَلِكَ لَا بُدَّ مِنَ الْاِبْتِعَادِ عَنِ الْبَطَاطِسِ الْمَقْلِيَّةِ الَّتِي تُبَاعُ فِي الأَسْوَاقِ؛ لِأَنَّهَا تُطْبَخُ فِي نَوْعٍ رَدِيٍّ مِنَ الْزَّيْتِ وَذَلِكَ مُضِرٌّ لِلْصِّحَةِ إِلَّا عِنْدَ الْضَّرُوْرَةِ الْشَّدِيْدَةِ.

نِعْمَةُ الْطَّمَاطِمِ

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْطَّمَاطِمُ	ٹماٹر	Tomato	ٹومیٹو

نِعْمَةُ الْطَّمَاطِمِ: تُعَدُّ نِعْمَةُ الْطَّمَاطِمِ مِنَ الأغْذِيَةِ الأسَاسِيَّةِ، وَلَها دَوْرٌ مُهِمٌّ فِي حِمَايَتِهِ مِنَ الأمْرَاضِ، وَإذَا قَطَعْتَ الْطَّمَاطِمَ وَرَأَيْتَ فِي الْدَّاخِلِ فَتَرَى مِنَ الْعَلامَاتِ الْدَّالَّةِ عَلى قُدْرَةِ الله تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَكَذلِكَ يُسْتَعْمَلُ الْطَّمَاطِمُ مِنْ حَيْثُ الْسَّلَطَةِ أيْضاً، وَإذَا اجْتَمَعَ الْعَالَمُ بِالْكَامِلِ فَلَا يُمْكِنُهُمْ أنْ يَصْنَعُوا حَبَّةً وَاحِدَةً لِلْطَمَاطِمِ، فَتَبَارَكَ الله أحْسَنُ الْخَالِقِيْنَ.

طَبِيْعَةُ الْطَّمَاطِمِ: بَارِدٌ وَرَطْبٌ، فَعَلَيْنا أنْ نَسْتَعْمِلَ مَعَ الْطَّمَاطِمِ شَيْئاً حَاراً وَجَافاً مِثْلَ الْمِلْحِ وَالْفِلْفِلِ الأسْوَدِ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْطَّمَاطِمِ: **1**. اَلْطَّمَاطِمُ يُقَوِّي الْقَلْبَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **2**. اَلْطَّمَاطِمُ يُفِيْدُ فِي صِحَّةِ الْقَلْبِ. **3**. اَلْطَّمَاطِمُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسُّكَرِيِّ. **4**. اَلْطَّمَاطِمُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَّرَطَانِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **5**. اَلْطَّمَاطِمُ تُقَوِّي نِظَامَ الْهَضْمِ. **6**. اَلْطَّمَاطِمُ مُفِيْدٌ فِي أمْرَاضِ الْعَيْنِ. **7**. اَلْطَّمَاطِمُ مُفِيْدٌ لِصِحَّةِ الْجِلْدِ. **8**. اَلْطَّمَاطِمُ يَكُوْنُ سَبَباً لِاعْتِدَالِ الْكُولِيستَرُولِ فِي الْجِسْمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **9**. اَلْطَّمَاطِمُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ فَقْرِ الْدَّمِ. **10**. اَلْطَّمَاطِمُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الْدَّمِ. **11**. الطَّماطمُ يُقَوِّي الْشَّعْرِ. **12**. اَلْطَّمَاطِمُ مُفِيْدٌ فِي مَرَضِ نَزَلاتِ الْبَرْدِ وَ الانْفُلونْزَا؛ لِأنَّهُ يَشْتَمِلُ عَلَى فِيْتَامِيْنِ سِي (C) إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.. **13**. الطَّماطِمُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإمْسَاكِ. **14**. الطَّماطِمُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْإلتِهَابَاتِ كالْتِهابَاتِ الْمَفَاصِلِ وَ آلامِ الْظَّهْرِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **15**. الطَّماطِمُ يُقَوِّي الْمَعِدَةَ وَ الأمْعَاءَ. **16**. اَلْطَّمَاطِمُ يُقَوِّي الأسْنَانَ. **17**. اَلْطَّمَاطِمُ يُقَلِّلُ الْوَزْنَ الزَّائِدَ فِي الْجِسْمِ. **18**.

اَلْطَّمَاطِمُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْيَرْقَانِ. 19 اَلْطَّمَاطِمُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ قُرُوْحِ الْمَعِدَةِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

مَضَارُّ الإِسْرَافِ فِي الْطَّمَاطِمِ: 1. اَلإِسْرَافُ فِي الطَّمَاطِمِ قَد يَكُوْنُ سَبَباً للإِسْهَالِ إذَا أَكَلْتَ قَبْلَ نَضْجِهَا. 2. اَلإِسْرَافُ فِي الطَّمَاطِمِ يُمْكِنُ أنْ تَتَسَبَّبَ بِحُمُوْضَةِ الْمَعِدَةِ. 3. اَلإِسْرَافُ فِي الْطَّمَاطِمِ يَزِيْدُ الْمُخَاطَ فِي الْصَّدْرِ. 4. اَلإِسْرَافُ فِي الْطَّمَاطِمِ يَكُوْنُ سَبَباً لِلْحَصَاةِ فِي الْكِلْيَةِ. 5. اَلإِسْرَافُ فِي الْطَّمَاطِمِ يَكُوْنُ سَبَباً لِأَلَمِ الْبَطْنِ.

نِعْمَةُ الْبَامِيَةِ

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْبَامِيَةُ	بھنڈی	Okra	اوکرا

نِعْمَةُ الْبَامِيَةِ: اَلْبَامِيَةُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ الله تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَعَلامَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنَ الْعَلامَاتِ الْدَّالَّةِ عَلَى عَظَمَةِ الله تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

اَلأَجْزَاءُ الْكِيْمِيَاوِيَّةُ لِلْبَامِيَةِ: اَلْبَامِيَةُ تَشْتَمِلُ عَلَى كَثِيْرٍ مِنَ الأَنْوَاعِ لِلْفِيْتَامِيْنِ مِثْلُ: فِيْتَامِيْنُ (A)، فِيْتَامِيْنُ (B)، فِيْتَامِيْنُ (B1)، فِيْتَامِيْنُ (B2)، فِيْتَامِيْنُ (B6). وَكَذَلِكَ تَشْتَمِلُ عَلَى بُرُوْتِيْنَ وَكَارْبُوهَائِيْدَرِيْتِ، وَمِغْنِيْسِيْومُ، وَهَذِهِ الأَجْزَاءُ كُلُّهَا مُفِيْدَةٌ جِداً لِلْجِسْمِ.

طَبِيْعَةُ الْبَامِيَةِ: بَارِدٌ وَرَطْبٌ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْبَامِيَةِ: 1. اَلْبَامِيَةُ تَكُوْنُ سَبَباً لِاعْتِدَالِ الْكُولِيسترُولِ فِي الْدَّمِ. 2. الْبَامِيَةُ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإِمْسَاكِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 3. اَلبَامِيَةُ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسُّكَرِيِّ. 4. اَلبَامِيَةُ تُزِيْلُ التَّعَبَ. 5. اَلْبامِيَةُ مُفِيْدَةٌ جِداً لِلْنِّسَاء الْحَوَامِلِ. 6. اَلْبَامِيَةُ تُقَلِّلُ الْوَزْنَ الْزَّائِدَ. 7. اَلْبامِيَةُ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَّرَطَانِ. 8. اَلبَامِيَةُ تُقَوِّي الْنَّظَرَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 9. اَلبامِيَةُ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ فَقْرِ الْدَّمِ. 10. اَلْبامِيَةُ تُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ السُّعَالِ وَالْنَّزْلَةِ. 12. الْبَامِيَةُ تُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ

الْكَبِدِ. 13. اَلْبامِيَةُ تُحْسِنُ الْبِشْرَةَ. 14. اَلْبَامِيَةُ تُقَوِّيْ جُذُوْرَ الْشَّعْرِ. 15. اَلْبَامِيَةُ تُزِيْلُ اِلْتِهَاب الْمَعِدَةِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

نِعْمَةُ الْبَاذِنْجَانِ

انگلش تلفظ	انگلش	اردو	عربی
ایگ پلانٹ	Eggplant	بینگن	اَلْبَاذِنْجَانُ

نِعْمَةُ الْبَاذِنْجَانِ: اَلْبَاذِنْجَانُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ الله تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَآيَةٌ عَظِيْمَةٌ عَلَى عَظَمَةِ الله تَبَارَكَ وَتَعَالَى وَوُجُوْدِهِ وَقُدْرَتِهِ. تَفَكَّرُوا أَيُّهَا الإِخْوَةُ وَالأَخَوَاتُ فِي نِعْمَةِ الْبَاذِنْجَانِ، كَيْفَ خَلَقَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى بِقُدْرَتِهِ وَعَظَمَتِهِ، وَانْظُرُوا إِلَى قِشْرِ الْبَاذِنْجَانِ كَيْفَ رَقِيْقٌ وَجَمِيْلٌ، هَلْ يَسْتَطِيْعُ جَمِيْعُ الإِنْسِ وَالْجَانِّ وَالْمَلآئِكَةِ أَنْ يَخْلُقُوا وَيَصْنَعُوا بَاذِنْجَانَ وَاحِداً، لَا يَسْتَطِيْعُونَ أَبَداً أَبَداً. فَتَفَكَّرُوا فِي قُدْرَةِ اللهِ سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى كَمْ يَخْلُقُ فِي الْعَالَمِ الْبَاذِنْجَانَ بِقُدْرَتِهِ وَعَظَمَتِهِ فَتَبَارَكَ اللهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِيْنَ.

اَلأَجْزَاءُ الْكِيْمِيَاوِيَّةُ فِي الْبَاذِنْجَانِ: اَلْبَاذِنْجَانُ يَشْتَمِلُ عَلَى الْمَوَادِّ الْكِيْمِيَاوِيَّةِ الْتَّالِيَةِ.

1. فُوْسَفُوْرُ (فاسفورس). 2. بُوتَاسِيْومُ (پوٹاشیم). 3. فُوْلَاذٌ (فولاد). 4. فِيْتَامِيْنُ ألف (A)، ب (B)، ج (C).

طَبِيْعَةُ الْبَاذِنْجَانِ: حَارٌّ وَجَافٌّ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْبَاذِنْجَانِ: 1. اَلْبَاذِنْجَانُ يُقَوِّي الْقَلْبَ وَالْشَّرَايِيْنَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. اَلْباذنِجَانُ يُقَلِّلُ الْوَزْنَ الزَّائِدَ. 3. اَلْبَاذِنْجَانُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَّرَطَانِ. 4. اَلْباذِنْجَانُ يُقَوِّي الْمَعِدَةَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 5. اَلْباذِنْجَانُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْصُّدَاعَ. 6. اَلْباذِنْجَانُ يُطِيْبُ رَائِحَةَ الْعَرَقِ. 7. اَلْباذِنْجَانُ يَكُوْنُ سَبَباً لِاعْتِدَالِ الْكُولِيسترُولِ فِي الْدَّمِ. 8. اَلْباذِنْجَانُ يُقَوِّي الْنَّظَرَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 9. اَلْبَاذِنْجَانُ يُقَوِّي الْعَقْلَ. 10. الْباذنْجَانُ يُزِيْلُ الْمَوَادَ الْمَسْمُوْمَةَ مِنَ الْجِسْمِ. 11. الْبَاذِنْجَانُ يَحْفَظُ خَلَايَا الْمُخِّ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 12. الْبَاذِنْجَانُ يُفِيْدُ فِي أَمْرَاضِ الْقَلْبِ. 13. اَلْبَاذِنْجَانُ يُقَوِّي نِظَامَ الْهَضْمِ. 14. الْباذِنْجَانُ

يُفِيْدُ فِي قَتْلِ الْجَرَاثِيْمِ وَإِخْرَاجِهَا مِنَ الْجِسْمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.**14**. اَلْبَاذِنْجَانُ يُقَوِّي الدِّمَاغَ. **15**. اَلْبَاذِنْجَانُ يُخْرِجُ الْمَوَادَّ الْمَسْمُوْمَةَ مِنَ الْجِسْمِ. **16**. اَلْبَاذِنْجَانُ يُقَلِّلُ الشَّحْمَ الزَّائِدَ مِنَ الْجِسْمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **17**. اَلْبَاذِنْجَانُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الرَّبُو (دمہ). **18**. اَلْبَاذِنْجَانُ مُدِرٌّ لِلْبَوْلِ. **19**. اَلْبَاذِنْجَانُ يُقَلِّلُ الْمُخَاطَ فِي الصَّدْرِ.

دَلَالَةُ الْبَاذِنْجَانِ عَلَى وُجُوْدِ اللهِ تَبَارَكَ وَ تَعَالَى: هَلْ يُصْنَعُ تَصْوِيْرُ الْبَاذِنْجَانِ أوِ الْبَاذِنْجَانُ الْمَصْنُوْعِيُّ بِغَيْرِ صَانِعٍ؟ كَلَّا، فَتَفَكَّرُوا أَيُّهَا الْمُلْحِدُوْنَ كَيْفَ يَخْلُقُ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى وَيَصْنَعُ الْبَاذِنْجَانَ بألْوَانٍ وَأنْوَاعٍ عَدِيْدَةٍ بِقُدْرَتِهِ وَعَظَمَتِهِ.

مَضَارُ الإسْرَافِ فِي الْبَاذِنْجَانَ:. **1**. اَلإسْرَافُ فِي الْبَاذِنْجَانَ يَكُوْنُ سَبَباً لِآلَامِ الْمَفَاصِلِ. **2**. اَلإسْرَافُ فِي الْبَاذِنْجَانَ يَكُوْنُ سَبَباً لِفَسَادِ الدَّمِ. **3**. اَلإسْرَافُ فِي الْبَاذِنْجَانَ يَكُوْنُ سَبَباً لِمَرَضِ الْبَوَاسِيْرِ. **4**. اَلإسْرَافُ فِي الْبَاذِنْجَانَ يُسَبِّبُ الْجَفَافَ فِي الْجَسَدِ. **5**. اَلإسْرَافُ فِي الْبَاذِنْجَانَ يَكُوْنُ سَبَباً لِمَرَضِ الأَرَقِ.

نِعْمَةُ السَّبَانِخِ

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْسَّبَانِخُ	پالک	Spinach	سپینچ

نِعْمَةُ السَّبَانِخِ: اَلسَّبَانِخُ هُوَ نَوْعٌ مِنَ النَّبَاتَاتِ الْوَرَقِيَّةِ تَحْتَوِي عَلَى الْعَدِيْدِ مِنَ الْفِيْتَامِيْنَاتِ وَالْمَعَادِنِ الْمُهِمَّةِ لِلْجِسْمِ مِثْلَ الْبُوتَاسِيْومِ، وَالْمِغْنَسِيوم، وَكَمِيَّةٍ كَبِيْرَةٍ مِنَ الْحَدِيْدِ.

اَلأَجْزَاءُ الْكِيْمِيَاوِيَّةُ لِلسَّبَانِخِ: اَلسَّبَانِخُ يَشْتَمِلُ عَلَى فِيْتَامِيْنَ ألف (A)، ج (D)، د (E).

طَبِيْعَةُ السَّبَانِخِ: مُعْتَدِلٌ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ السَّبَانِخِ: **1**. اَلْسَّبَانِخُ يُقَوِّي الدِّمَاغَ وَيَزِيْدُ الْقُدْرَةَ الْعَقْلِيَّةِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **2**. اَلسَّبَانِخُ يَكُوْنُ سَبَباً لِاعْتِدَالِ الْجُلُوكُوزِ فِي الْجِسْمِ. **3**. اَلسَّبَانِخُ يُفِيْدُ فِي إخْرَاجِ السُّمُومِ

الْمَوْجُوْدَةِ فِي الْجِسْمِ. 4. اَلْسَّبَانِخُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ اِلْتِهَابِ الْمَفَاصِلِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 5. اَلْسَّبَانِخُ يُقَوّي الْشَّرَايِيْنَ. 6. اَلْسَّبَانِخُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَّرَطَانِ. 7. اَلْسَّبَانِخُ يُقَلِّلُ الْوَزْنَ الْزَّائِدَ لِلْجِسْمِ. 9. اَلسَّبَانِخُ يُزِيْلُ الْقُرُوْحَ مِنَ الْوَجْهِ. 10. اَلْسَّبَانِخُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإمْسَاكِ.11. اَلْسَّبَانِخُ يُقَوّي نِظَامَ الْهَضْمِ. 12. اَلْسَّبانِخُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الْدَّمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 13. اَلْسَّبانِخُ يَزِيْدُ الْحَلِيْبَ عِنْدَ الْمَرْأةِ الْمُرْضِعَةِ، وَيُقَوّي عَقْلَ الْجَنِيْنِ. 14. اَلْسَّبَانِخُ يُحْسِنُ الْبِشْرَةَ؛ لِأَنَّهُ يَشْتَمِلُ عَلَى فِيْتَامِيْنِ أ (A). 15. اَلْسَّبانِخُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسُّكَرِيِّ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 16. اَلْسَّبانِخُ يُفِيْدُ فِي تَحْسِيْنِ صِحَّةِ الْعَيْنِ.

17. اَلْسَّبَانِخُ يُفِيْدُ فِي انْدِمَالِ الْجُرُوْحِ. 18. اَلْسَّبَانِخُ يُقَلِّلُ الْوَزْنَ الزَّائِدَ لِلْجِسْمِ. 19. اَلْسَّبَانِخُ يُقَلِّلُ الْشَّحْمَ الزَّائِدَ مِنَ الْجِسْمِ. 20. اَلْسَّبَانِخُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْحُمَّى. 21. اَلْسَّبَانِخُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْيَرْقَانِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

نِعْمَةُ الْقَرَنْبِيْطِ الْمَلْفُوفِ

عربی	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
قَرَنْبِيْطٌ مَلْفُوفٌ	بند گوبھی	Cabbage	کیب بیج

نِعْمَةُ قَرَنْبِيْطٍ مَلْفُوفٍ: قَرَنْبِيْطٌ مَلْفُوفٌ نِعْمَةٌ وَآيَةٌ عَظِيْمَةٌ عَلَى قُدْرَةِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَوُجُوْدِهِ وَعَظَمَتِهِ، تَفَكَّرُوا أَيُّهَا الإخْوَةُ وَالأخَوَاتُ كَيْفَ لَفَّ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى أوْرَاقَ الْقَرَنْبِيْطِ الْمَلْفُوفِ بَعْضَهُ فَوقَ بَعْضٍ بِغَيْرِ صَمْغٍ وَأوْتَادٍ، وَجَمِيْعُ الإنْسِ وَالْجِنِّ عاجِزٌ مِنْ هَذَا الْتَّرْتِيْبِ الْجَمِيْلِ الَّذِي رَتَّبَ اللهُ سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى فِي قَرَنْبِيْطٍ مَلْفُوفٍ وَلَا يَسْتَطِيْعُ جَمِيْعُ الإنْسَانِ إذَا فَتَحُوا قَرَنْبِيْطاً مَلْفُوفاً ثُمَّ يُرَتِّبُوا عَلَى نَفْسِ الْتَّرْتِيْبِ وَالْتَّرْتِيْبِ الْسَّابِقِ مَرَّةً ثَانِيَةً.

طَبِيْعَةُ الْقَرَنْبِيْطِ الْمَلْفُوْفِ: بَارِدٌ وَجَافٌّ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْقَرَنْبِيْطِ الْمَلْفُوفِ: **1**. اَلْقَرَنْبِيْطُ الْمَلْفُوفُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ فَقْرِ الْدَّمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **2**. اَلْقَرَنْبِيْطُ الْمَلْفُوفُ يُقَوِّي نِظَامَ الْهَضْمِ. **3**. اَلْقَرَنْبِيْطُ الْمَلْفُوفُ مُفِيْدٌ جِداً لِلْنِّسَاءِ الْحَوَامِلِ. **4**. اَلْقَرَنْبِيْطُ الْمَلْفُوفُ يُفِيْدُ فِي نُمُوِّ الْشَّعْرِ وَالأَظَافِرِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **5**. اَلْقَرَنْبِيْطُ الْمَلْفُوْفُ مُفِيْدٌ فِي مَرَضِ الْسَّرَطَانِ. **6**. اَلْقَرَنْبِيْطُ الْمَلْفُوْفُ يَشْتَمِلُ عَلَى فِيْتَامِيْنِ "ب" (B) الَّذِي هُوَ يُقَوِّي الْذَّاكِرَةَ وَيُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْنِّسْيَانِ. **7**. اَلْقَرَنْبِيْطُ الْمَلْفُوْفُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْنَّزْلَةِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **9**. وَضْعُ اَلْقَرَنْبِيْطِ الْمَلْفُوْفِ الْمَسْلُوقِ يُفِيْدُ فِي حُرُوقِ الْجِلْدِ. **10**. اَلْقَرَنْبِيْطُ الْمَلْفُوْفُ يُفِيدُ فِي مَرَضِ الْبَوَاسِيْرِ. **11**. اَلْقَرَنْبِيْطُ الْمَلفُوْفُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْإِسْهَالِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **12**. اَلْقَرَنْبِيْطُ الْمَلفُوفُ يُفِيْدُ فِي أَمْرَاضِ الْقَلْبِ وَالْكَبِدِ. **13**. اَلْقَرَنْبِيْطُ الْمَلْفُوْفُ يُفِيْدُ فِي أَمْرَاضِ الْرِّئَةِ. **14**. اَلْقَرَنْبِيْطُ الْمَلفُوْفُ يُقَلِّلُ الْدُّهُونَ الْزَّائِدَةَ فِي الْجِسْمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

دَلَالَةُ الْقَرَنْبِيْطِ الْمَلْفُوفِ عَلَى وُجُودِ اللهِ تَبَارَكَ وَ تَعَالَى: أَيُّهَا الْكَافِرُوْنَ وَالْمُنْكِرُوْنَ وَالْمُلْحِدُوْنَ عَنْ وُجُوْدِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى تَفَكَّرُوا هَلْ يُصْنَعُ تَصْوِيْرُ الْقَرَنْبِيْطِ الْمَلْفُوْفِ بِغَيْرِ صَانِعٍ؟ كَلَّا، فَكَيْفَ يُصْنَعُ الْقَرَنْبِيْطُ الْمَلْفُوْفُ بِهَذَا الْتَّرْتِيْبِ الْجَمِيْلِ وَالْزَّهْرَةِ الْجَمِيْلَةِ بِغَيْرِ صَانِعٍ؟!

نِعْمَةُ الْقَرَنْبِيْطِ

انگلش تلفظ		اردو	عربي
کالی فلاور	Cauli flowers	پھول گوبھی	اَلْقَرَنْبِيْطُ

نِعْمَةُ الْقَرَنْبِيْطِ: اَلْقَرَنْبِيْطُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَإِذَا تَفَكَّرْتَ فِي تَرْتِيْبِهَا فَتَجِدُهُ عَجِيْباً جِداً، وَإِذَا نَظَرْتَ إِلَى الْقَرَنْبِيْطِ فَتَجِدُهُ زَهْرَةً كَبِيْرَةً، أَحْيَاناً أَنَا أَقْطَعُ الْقَرَنْبِيْطَ لِلْطَّبْخِ وَأَتَفَكَّرُ فِي قُدْرَةِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى بِأَنَّهُ كَيْفَ رَتَّبَ بَعْضَهُ فَوْقَ بَعْضٍ، وَهُوَ مُفِيْدٌ جِداً لِصِحَّةِ الْجِسْمِ وِلِلْوِقَايَةِ مِنَ الأَمْرَاضِ. فَتَبَارَكَ اللهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِيْنَ.

طَبِيْعَةُ الْقَرَنْبِيْطِ: بَارِدٌ وَجَافٌّ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْقَرَنْبِيطِ: 1. اَلْقَرنبيطُ يُسَكِّنُ الْدِّمَاغَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. اَلْقَرنْبِيْطُ يُقَلِّلُ الْكُوليستَرُولَ الْضَّارَّ فِي الْدَّمِ. 3. اَلْقَرنبيطُ يُقَوِّي نِظَامَ الْدِّمَاغِ وَنِظَامَ الأَعْصَابِ. 4. اَلْقَرنبيطُ يُقَلِّلِ الْوَزْنِ الْزَّائِدَةَ. 5. اَلْقَرنبيطُ مُفِيدٌ لِلْنِّسَاءِ الْحَوَامِلِ. 6. اَلْقَرنبيطُ يُقَوِّي الْعِظَامَ. 7. اَلْقَرنَبِيطُ يَزِيْدُ الْقُوَّةَ الْجِنْسِيَّةَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 8. اَلْقَرنبيطُ يُنَظِّفُ الْجِسْمَ مِنَ الْسُّمُومِ. 9. اَلْقَرنبيطُ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْعَيْنِ. 10. اَلْقَرَنبيْطُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَّرَطَانِ، خَاصَّةً سَرَطَانِ الْرِّئَتَيْنِ، وَالْكِلْيَةِ، وَالْكَبِدِ وَغَيْرِ ذَلِكَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 11. اَلْقَرنبيطُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسُّكَرِيِّ. 12. اَلْقَرنبيطُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الْدَّمِ. 13. اَلْقَرنْبِيْطُ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْمَعِدَةِ وَنِظَامِ الْهَضْمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

نِعْمَةُ الْزَّنْجَبِيْلِ

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْزَّنْجَبِيْلُ	ادرک	Ginger	جنجر

نِعْمَةُ الزَّنْجَبِيْلِ: اَلْزَّنْجَبِيْلُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَآيَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنَ عَلَى ذَاتِ الله تَبَارَكَ وَتَعَالَى وَوُجُوْدِهِ، وَبِهِ يَزِيْدُ طَعْمُ الإدَامِ، وَيُسْتَعْمَلُ الْزَّنْجَبِيْلُ مِنْ حَيْثُ الْدَّوَاءِ وَمِنْ حَيْثُ الْسَّلَطَةِ أيْضاً.

وَتَفَكَّرُوا أيُّهَا الإخْوَةُ وَالأخَوَاتُ فِي تَخْلِيْقِ وَتَرْتِيْبِ الْزَّنْجَبِيْلِ كَيْفَ يَخْلُقُ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى مَلآيِيْنَ تَنْ زَنْجَبِيْلٍ فِي جَمِيْعِ الْعَالَمِ بِتَرْتِيْبٍ وَاحِدٍ وَبِفَوَائِدَ مُتَسَاوِيَةٍ، هَلْ يَسْتَطِيْعُ جَمِيْعُ الإنْسِ وَالْجَانِّ وَالْمَلآئِكَةِ أنْ يَخْلُقُوا وَيَصْنَعُوا كِلْواً وَاحِداً مِنَ الْزَّنْجَبِيْلِ مِنَ الْتُّرَابِ وَفِي الْتُّرَابِ، لَا يَسْتَطِيْعُونَ أبَداً أبَداً.

الأجْزَاءُ الْكِيْمِيَاوِيَّةُ لِلزَّنْجَبِيْلِ: اَلْزَّنْجَبِيْلُ يَشْتَمِلُ عَلَى الْأجْزَاءِ الْكِيْمِيَاوِيَّةِ الْتَّالِيَةِ: 1. كِلْسِيْومُ (کیلشیم). 2. فُوْسَفُوْرُ (فاسفورس). 3. فُوْلَاذٌ (فولاد). 4. مِيْغَنَيسِيْومُ (میگنیشیم). 5. نُحَاسٌ (کاپر). 6. زِنْكٌ (زنک).

طَبِيْعَةُ الزَّنْجَبِيْلِ: حَارٌّ وَجَافٌّ فِي الْدَّرَجَةِ الثَّالِثَةِ فَعَلَيْنَا أنْ نَسْتَعْمِلَ شَيْئاً بَارِداً وَرَطَباً مَعَ الزَّنْجَبِيْلِ مثل الْزَّبَادِيّ وَالرَّوْبِ؛ لِأَنَّ الْنَّبِيَّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ يَسْتَعْمِلُ مَعَ الْشَّيءِ الْحَارِّ شَيْئاً بَارِداً وَمَعَ الْشَّيءِ الْجَافِّ شَيْئاً رَطْباً.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الزَّنْجَبِيْلِ: 1. اَلْزنْجَبِيْلُ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْقَلْبِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. اَلْزَّنْجَبِيْلُ يُفِيْدُ فِي تَسْكِيْنِ الْمُخِّ.3. اَلْزَّنْجَبِيْلُ يَزِيْدُ الْقُوَّةَ الْجِنْسِيَّةَ. 4. اَلْزنْجَبِيْلُ يُفِيْدُ فِي إِيْصَالِ الْجُلُوكُوزِ إلَى خَلَايَا الْعَضَلاتِ. 5. اَلْزَّنْجَبِيْلُ يُفِيْدُ فِي هَضْمِ الْطَّعَامِ. 6. اَلْزَّنْجَبِيْلُ يُفِيْدُ فِي قَتْلِ الْبِيكْتِيْرِيَا الَّتِي تَكُوْنُ سَبَباً لِلإِسْهَالِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 7. اَلْزَّنْجَبِيْلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْغَازَاتِ لِلْبَطْنِ. 8. اَلزَّنْجَبِيْلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسُّكَرِيّ. 9. اَلزنْجبيلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ نَزْلَةِ الْبَرْدِ. 10. اَلْزَّنْجبيلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَّرَطَانِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 11. اَلْزَّنْجبيلُ يُفِيْدُ فِي أَلَمِ الْحَيْضِ. 12. اَلْزَّنْجَبيلُ يُفِيْدُ فِي الآلَامِ فِي حَالَةِ الْحَمْلِ. 13. اَلْزَّنْجَبِيْلُ يُفِيْدُ فِي أَلَمِ الْعُمُوْدِ الْفَقْرِيّ. 14. اَلْزَّنْجَبِيْلُ يُفِيْدُ فِي آلَامِ الْمَفَاصِلِ. 15. اَلْزَّنْجَبِيْلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْشَّقِيْقَةِ. 16. اَلْزَّنجبيلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسُّعَالِ وَالْإِلْتِهَابِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 17. اَلْزَّنْجَبِيْلُ يُقَوّي الْكِلْيَةَ. 18.اَلْزَّنْجَبِيْلُ يُفِيْدُ فِي إِخْرَاجِ الْمَوَادِ الْسَّامَّةِ الْمَوْجُودَةِ فِي الْرِّئَةِ الْنَّاشِئَةِ عَنِ الْتَّدْخِيْنِ وَغَيْرِهَا، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 19. اَلْزَّنْجَبِيْلُ يُقَلِّلُ الْكُوْلِيْسترُوْلَ الْزَّائِدَ مِنَ الْجِسْمِ. 20. اَلْزَّنْجَبِيْلُ يَكُوْنُ سَبَباً لِاعْتِدَالِ الْسُّكَّرِ فِي الْدَّمِ. 21. مَاءُ الْزَّنْجَبِيْلِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْعَيْنِ. 22. اَلْزَّنْجَبِيْلُ الْمَسْحُوْقُ مَعَ الزَّيْتِ مُفِيْدٌ لِآلَامِ الأعْصَابِ بِدَلْكِ الْجِسْمِ. 23. اَلْزَّنْجَبِيْلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْحَنْجَرَةِ وَيُنَظِّفُهَا، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتعالَى.

زَيْتُ الزَّنْجَبِيْلِ

اَلْفَوَائِدُ: 1. وَضْعُ زَيْتِ الْزَّنْجَبِيْلِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ أَلَمِ الأُذُنِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. اَلْتَّدْهِيْنُ بِزَيْتِ الْزَّنْجَبِيْلِ يُفِيْدُ فِي آلَامِ الْمَفَاصِلِ وَالأعْصَابِ. 3. زَيْتُ الْزَّنْجَبِيْلِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَّكْتَةِ الْدِّمَاغِيَّةِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

نِعْمَةُ الْقُلْقَاسِ

انگلش تلفظ	انگلش	اردو	عربی
کولوکیسیا	Colocasia	اروی	اَلْقُلْقَاسُ

نِعْمَةُ الْقُلْقَاسِ: اَلْقلْقَاسُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى،وَهُوَ مَمْلُوءٌ بِالْفَوَائِدِ الْصِّحِيَّةِ الْمُذْهِلَةِ.

طَبِيْعَةُ الْقُلْقَاسِ: بَارِدٌ وَجَافٌّ.

فَوَائِدِ نِعْمَةِ الْقُلْقَاسِ: 1. اَلْقُلقَاسُ يُقَوِّي الْقَلْبَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. اَلْقُلقَاسُ يُفِيدُ فِي نِظَامِ الْهَضْمِ. 3. اَلْقُلقَاسُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الْدَّمِ. 4. اَلْقُلقَاسُ يُفِيدُ فِي مَرَضِ الْسَّرَطَانِ. إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 5. اَلْقُلْقَاسُ يَكُوْنُ سَبَباً لِاعْتِدَالِ الْكُولِيسترُولِ فِي الْجِسْمِ. 6. اَلْقُلقَاسُ يَكُوْنُ سَبَباً لِاعْتِدَالِ الْجِسْمِ. 7. اَلْقُلقَاسُ يُحْسِنُ الْبِشْرَةَ. 8. اَلْقُلقَاسُ يُفِيْدُ فِي نُمُوِّ الْجَنِيْنِ. 9. اَلْقُلْقَاسُ مَمْلُوءٌ بِالْنُّحَاسَ، وَالْنُّحَاسُ مُفِيْدٌ جِداً لِجِسْمِ الإنْسَانِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 10. اَلْقُلقَاسُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ فَقْرِ الْدَّمِ؛ لِأنَّ اَلْقُلقَاسَ مَصْدَرٌ لِفِيْتَامِيْنِ ب6 (B6). 11. اَلْقُلْقَاسُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْعَيْنِ. 12. اَلْقُلقَاسُ يَحْفَظُ الْخَلَايَا. 13. اَلْقُلْقَاسُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإمْسَاكِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.14. اَلْقُلْقَاسُ الْمَقْلِيُّ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ كَثْرَةِ الْبَوْلِ وَضُعْفِ الْمَثَانَةِ. 15. اَلْقُلْقَاسُ يُزِيْلُ جَفَافَ الأمْعَاءِ.

مَضَارُ الإسْرَافِ فِي الْقُلْقَاسِ: 1. اَلإسْرَافُ فِي الْقُلْقَاسِ يَكُوْنُ سَبَباً لِكَثْرَةِ الْمُخَاطِ. 2. اَلإسْرَافُ فِي الْقُلْقَاسِ يَكُوْنُ سَبَباً لِغَازَاتٍ فِي الْبَطْنِ.

نِعْمَةُ الْنَّعْنَاعِ

انگلش تلفظ	انگلش	اردو	عربی
پیپرمنٹ	Peppermint	پودینہ	اَلْنَّعْنَاعُ

نِعْمَةُ النَّعْنَاعِ: اَلنَّعْنَاعُ الْبَرِّيُّ نَوْعٌ مِنْ أنْوَاعِ الأعْشَابِ، يُعْتَبَرُ مِنَ الْأعْشَابِ الْمُفِيْدَةِ لِجِسْمِ الإنْسَانِ، حَيْثُ اسْتُخْدِمَ مُنْذُ زَمَنٍ طَوِيْلٍ لِعِلاجِ الْكَثِيْرِ مِنَ الأمْرَاضِ وَالْمَشَاكِلِ الَّتِي تُصِيْبُ الإنْسَانَ، وَهَذَا الْعُشْبُ ذُو رَائِحَةٍ جَمِيلَةٍ، وَيُسْتَعْمَلُ مُجَفَّفاً أيْضاً، وَالنَّعْنَاعُ يُسْتَعْمَلُ فِي الرَّوْبِ وَكَذَلِكَ يُسْتَعْمَلُ فِي الشَّاىِٔ الأخْضَرِ أيْضاً. وَالنَّعْنَاعُ مُفِيدٌ فِي كَثِيْرٍ مِنَ الأمْرَاضِ.

طَبِيْعَةُ النَّعْنَاعِ: حَارٌّ وَجَافٌّ عَلَى الدَّرَجَةِ الثَّانِيَةِ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ النَّعْنَاعِ: **1**. اَلنَّعْنَاعُ يُقَوِّي نِظَامَ الْهَضْمِ. **2**. اَلنَّعناعُ يُزِيْلُ الرَّائِحَةَ الْكَرِيْهَةَ لِلْفَمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **3**. اَلنَّعنَاعُ يُزِيْلُ التَّكَاسُلَ. **4**. اَلنَّعنَاعُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الدَّمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **5**. اَلنَّعناعُ يُسكِّنُ آلامَ الْجِسْمِ. **6**. اَلنَّعناعُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ التَقَيُّئِ. **7**. النَّعنَاعُ يُفِيْدُ فِي الْحُمَّى، وَنَزْلَةِ الْبَرْدِ، وَالسُّعَالِ. **8**. اَلنَّعناعُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ قِشْرَةِ الرَّأسِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **9**. اَلنَّعناعُ مُفِيدٌ فِي مَرَضِ الْغَازَاتِ لِلْبَطْنِ. **10**. اَلنَّعناعُ يُقَلِّلُ الْوَزْنَ الزَّائِدَ. **11**.اَلنَّعْنَاعُ مُفِيدٌ فِي أمَرَاضِ الْمَعِدَةَ. **12**. اَلنَّعْنَاعُ يُقَلِّلُ الشَّحْمَ الزَّائِدَ مِنَ الْجِسْمِ. **13**. اَلنَّعْنَاعُ يُنَشِّطُ الطَّبِيْعَةَ. **14**. اَلنَّعْنَاعُ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأكْلِ. **15**. اَلنَّعْنَاعُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ حِصَى الْكِلْيَةِ. **16**. شُرْبُ قَهْوَةِ النَّعْنَاعِ مَعَ الْعَسَلِ يُفِيْدُ فِي كَثِيْرٍ مِنَ الأمْرَاضِ لِلْمَعِدَةِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **17**. أكْلُ أوْرَاقُ النَّعْنَاعِ الطَّازِجِ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْحَنْجَرَةِ. **18**. أوْرَاقُ النَّعْنَاعِ فِي صُوْرَةِ الشَّاىِٔ الأخْضَرِ مَعَ الْمِلْحِ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْحَنْجَرَةِ. **19**. اَلتَّدْهِيْنُ بِزَيْتِ النَّعْنَاعِ يُفِيْدُ فِي الْحَكَّةِ وَالْقُرُوْحِ. **20**. أوْرَاقُ النَّعْنَاعِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْجُشَاءِ. إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

اَلْفَائِدَةُ: اَلنَّعْنَاعُ وَحَبَّاتُ الرُّمَّانِ، وَاللَّبَنُ الرَّائِبُ، وَالْفِلْفِلُ الأسْوَدُ إذَا جَعَلْتَ مِنْهَا الرَّوْبَ (رائتہ) فَيَكُوْنُ مُفِيْداً جِداً لِصِحَّةِ الْجِسْمِ.

نِعْمَةُ السَّلَقِ

عربی	اردو	انگلش	انگلش تلفظ

اَلْسَّلَقُ	چقندر	Red Beet	ریڈ بیٹ

نِعْمَةُ الْسَّلَقِ: اَلْسَّلَقُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى،وَهُوَ مَمْلُوءٌ بِالْفَوَائِدِ الْصّحِيَّةِ.

طَبِيْعَةُ الْسَّلَقِ: حَارٌّ وَرَطْبٌ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْسَّلَقِ: 1. اَلْسَّلَقُ يُقَوّي الْمُخَّ وَ الأعْصَابَ. 2. اَلْسَّلَقُ يُفِيدُ فِي مَرَضِ الْسُّكَرِيّ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 3. اَلْسَّلَقُ يُقَوّي الْعِظَامَ. 4. اَلْسَّلَقُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَّرَطَانِ. 5. اَلْسَّلَقُ يُفِيْدُ فِي الْدَّوْرَةِ الْدَّمَوِيَّةِ لِلْنِّسَاءِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 6. اَلْسَّلَقُ يُفِيدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الْدَّمِ. 7. اَلْسَّلَقُ يُفِيْدُ فِي صِحَّةِ الْعُيُوْنِ وَ الْنَّظَرِ. 8. اَلْسَّلَقُ يُسَاعِدُ فِي نُمُوّ الْشَّعْرِ. 9. اَلْسَّلَقُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ تَسَاقُطِ الْشَّعْرِ. 10. اَلْسَّلَقُ يُقَوّي الْشَّعْرِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 11. اَلْسَّلَقُ يُلَيِّنُ الْعُرُوْقَ وَالْشَّرَائِيْنَ. 12. اَلْسَّلَقُ يُفِيْدُ فِي اِلْتِهَابِ الْمَرَارَةِ. 13. اَلْسَّلَقُ يُقَوّي الْجِسْمَ. 14. مَاءُ الْسَّلَقِ مَعَ الْعَسَلِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْيَرْقَانِ. 15. اَلْدَّلْكُ بِمَاءِ أوْرَاقِ الْسَّلَقِ يُفِيْدُ فِي أَنْبَاتِ الْشَّعْرِ. 16. عَصِيْرُ الْسَّلَقِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ فَقْرِ الْدَّمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

نِعْمَةُ الْكُزْبَرَةِ

عربی	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْكُزْبُرَةُ	دھنیا	Coriander	کوری اینڈر

نِعْمَةُ الْكُزْبَرَةِ: اَلْكُزْبُرَةُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَرَائِحَتُهُ عَجِيْبَةٌ وَطَيِّبَةٌ جِداً، وَإذَا أرَدْتَ أنْ تَجْعَلَ الْرَّوْبَ فَيُمْكِنُهُ مِنَ الْكُزْبُرَةِ وَالْنَّعْنَاعِ.

طَبِيْعَةُ الْكُزْبَرَةِ: بُذُوْرُ الْكُزْبُرَةِ بَارِدٌ وَجَافٌّ، وَأمَّا الْكُزْبُرَةُ الْخَضْرَاءُ فَهِيَ بَارِدَةٌ وَرَطَبٌ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْكُزْبَرَةِ: 1. اَلْكُزْبُرَةُ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْتِّهَابِ الْمَفَاصِلِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. اَلْكُزْبُرَةُ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ الأرَقِ. 3. اَلْكُزْبُرَةُ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْغَازَاتِ لِلْبَطْنِ وَالأمْعَاءِ. 4. اَلْكُزْبُرَةُ تَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأكْلِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 5. اَلْكُزْبُرَةُ تُسَكِّنُ آلَامَ الْمَغْصِ فِي الْبَطْنِ. 6.

اَلْكُزبُرَةُ تُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْمَعِدَةِ وَالأَمْعَاءِ. 7. اَلْكَزبُرَةُ تُفِيْدُ فِي نِظَامِ الْهَضْمِ. 8. اَلْكُزْبُرَةُ تُنَشِّطُ خَلَايَا الْكَبِدِ. 9. اَلْكُزبُرَةُ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ الرُّعَافِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 10. اَلْكُزْبُرَةُ تُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْجِلْدِ. 11. اَلْكُزبُرَةُ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْقُرُوْحِ الْجِلْدِيَّةِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

مَضَارُّ الإِسْرَافِ فِي الْكُزْبُرَةِ: اَلإِسْرَافُ فِي الْكُزبُرَةُ تُؤدِّي إلَى الْحَسَّاسِيَّةِ لَدَى بَعْضِ النَّاسِ. 2. وَالإِسْرَافُ فِي الْكُزْبُرَةِ تُؤَثِّرُ فِي ضُعْفِ الْقُوَّةِ الْجِنْسِيَّةِ وَمَنْعِ أيَّامِ النِّسْوَةِ.

زَيْتُ الْكُزْبُرَةِ

اَلْفَوَائِدُ: 1. زَيْتُ الْكُزْبُرَةِ مَعَ الْمَاءِ يُفِيْدُ فِي تَقْلِيْلِ الْكُولِسْتَرُوْلِ الزَّائِدِ فِي الْجِسْمِ، إنْ شَاء اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. زَيْتُ الْكُزْبُرَةِ يُقَوِّي الْكَبِدَ. 3. اَلْإِكْتِحَالُ بِزَيْتِ الْكُزْبُرَةِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ اِلْتِهَابِ الْعَيْنِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 4. اِسْتِعْمَالُ زَيْتِ الْكُزْبُرَةِ يُفِيْدُ فِي كَثْرَةِ الْاِحْتِلَامِ وَالشَّهْوَةِ. 5. زَيْتُ الْكُزْبُرَةِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ التُّخْمَةِ، وَالإِمْسَاكِ، وَالإِسْهَالِ. 6. زَيْتُ الْكُزْبُرَةِ يُزِيْلُ الْعَطَشَ الشَّدِيْدَ. 7. زَيْتُ الْكُزْبُرَةِ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأَكْلِ. 8. اَلتَّدْهِيْنُ بِزَيْتِ الْكُزْبُرَةِ يُقَوِّي الشَّعْرَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

نِعْمَةُ الْفِلْفِلِ الأَخْضَرِ وَالأَحْمَرِ

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْفِلْفِلُ الأَخْضَرُ	سبز اور سرخ مرچ	Green and Red Pepper	گرین پیپر، ریڈ پیپر

وَالأَحْمَرُ			

نِعْمَةُ الْفِلْفِلِ الأَخْضَرِ وَالأَحْمَرِ: تَفَكَّرُوا أَيُّهَا الإِخْوَةُ وَالأَخَوَاتِ فِي قُدْرَةِ اللهَ تَعَالَى وَعَظَمَتِهِ كَيْفَ خَلَقَ الْفِلْفِلَ الأَحْمَرَ وَالأَخْضَرَ وَجَعَلَ فِيْهِ الْلَّذَّةَ الْعَجِيْبَةَ.

طَبِيْعَةُ الْفِلْفِلِ الأَخْضَرِ وَالأَحْمَرِ: حَارٌّ وَجَافٌّ فِي الْدَّرَجَةِ الْثَّانِيَةِ فَعَلَيْنَا أَنْ نَسْتَعْمِلَ شَيْئاً بَارِداً وَرَطَباً مَعَ الْفِلْفِلِ الأَخْضَرِ وَالأَحْمَرِ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْفِلْفِلِ الأَخْضَرِ وَالأَحْمَرِ: 1. اَلْفِلْفِلُ الأَخْضَرُ وَالأَحْمَرُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسُّكَرِيِّ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. اَلْفلفلُ الأَخْضَرُ وَالأَحْمَرُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ فَقْرِ الْدَّمِ ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 3. اَلْفِلفلُ الأَخْضَرُ وَالأَحْمَرُ يُفِيْدُ فِي أَمْرَاضِ نِظَامِ الْهَضْمِ. 4. اَلْفلفلُ الأَخْضَرُ وَالأَحْمَرُ يُفِيْدُ فِي أَمْرَاضِ نِظَامِ الْتَنَفُّسِ. 5. اَلْفلفلُ الأَخْضَرُ وَالأَحْمَرُ يُزِيْلُ الْسُّمُومَ مِنَ الْجِسْمِ. 6. اَلْفلفلُ الأَخْضَرُ وَالأَحْمَرُ يُقَوِّي الْعِظَامِ. 7. اَلْفلفلُ الأَخْضَرُ وَالأَحْمَرُ يُزِيْلُ الْدُّهُوْنَ الْزَّائِدِةَ مِنَ الْجِسْمِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

مَضَارُّ الإِسْرَافِ فِي الْفِلْفِلِ الأَخْضَرِ وَالأَحْمَرِ: 1. اَلإِسْرَافُ فِي الْفِلْفِلِ الأَخْضَرِ وَالأَحْمَرِ يُسَبِّبُ الْحُرْقَةَ فِي الْمَعِدَةِ. 2. اَلإِسْرَافُ فِي الْفِلْفِلِ الأَخْضَرِ وَالأَحْمَرِ يُسَبِّبُ آلَامَ الْمَعِدَةِ وَالإِسْهَالِ، وَالآلامِ فِي الْبَطْنِ. 3. اَلإِسْرَافُ فِي الْفِلْفِلِ الأَخْضَرِ وَالأَحْمَرِ يَكُوْنُ سَبَباً لِجَفَافِ الْحَلْقِ وَاللِّسَانِ. 4. اَلإِسْرَافُ فِي الْفِلْفِلِ الأَخْضَرِ وَالأَحْمَرِ يَكُوْنُ سَبَباً لِحُكَّةِ الْجِسْمِ وَالْبَوَاسِيْرِ.

نِعْمَةُ الْلِّفْتِ

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَللِّفْتُ	شلجم	Turnip	ٹرنِپ

نِعْمَةُ اللِّفْتِ: اَللِّفْتُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى وَلَهُ فَوَائِدُ كَثِيْرَةٌ.

طَبِيْعَةُ اللِّفْتِ: حَارٌّ وَرَطْبٌ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ اللِّفْتِ: 1. اَللِّفْتُ يُفِيْدُ فِي صِحَّةِ الْقَلْبِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. اَللِّفْتُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ السَّرَطَانِ. 3. اَللِّفتُ يُقَوِّي الْعِظَامَ. 4. اَللِّفتُ يُقَوِّي نِظَامَ الْهَضْمِ. 5. اَللِّفتُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ قِلَّةِ الْوَزْنِ. 6. اَللِّفتُ يُفِيْدُ فِي صِحَّةِ نِظَامِ التَّنَفُّسِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 7. اَللِّفتُ يُسَاعِدُ فِي صِحَّةِ الْعَيْنِ. 8. اَللِّفتُ يُقَوِّي الجِسْمَ. 9. اَللِّفتُ يُفِيدُ فِي مَرَضِ الالْتِهَابِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 10. اَللِّفتُ يُقَوِّي الشَّعْرَ. 11. اَللِّفتُ يُفِيدُ فِي مَرَضِ آلامِ الْبَوَاسِيْرِ.

نِعْمَةُ الْقَرْعِ الْمُرِّ

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْقَرْعُ الْمُرُّ	کریلا	**Bitter Gourd**	بٹر گورڈ

نِعْمَةُ الْقَرْعِ الْمُرِّ: اَلْقَرْعُ الْمُرُّ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ الله تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَإِذَا تَفَكَّرْتَ فِي صَنْعِهَا فَتَتَحَيَّرُ الْعُقُوْلُ فِيْهِ، وَصَنَعَ الله تَعَالَى الْقَرْعَ الْمُرَّ مُراً، لَكِنْ رَغْمَ ذَلِكَ مَمْلُوءٌ بِاللَّذَّةِ وَالطَّعْمِ اللَّذِيْذِ، فَيَا لَهَا مِنْ نِعْمَةٍ عَظِيْمَةٍ دَالَّةٍ عَلَى عَظَمَةِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

طَبِيْعَةُ الْقَرْعِ الْمُرِّ: حَارٌّ وَجَافٌّ فِي الدَّرَجَةِ الثَّانِيَةِ فَيَنْبَغِيْ لَنَا أَنْ نَسْتَعْمِلَ شَيْئاً بَارِداً وَرَطَباً مَعَ الْقَرْعِ الْمُرِّ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْقَرْعِ الْمُرِّ: 1. اَلْقَرْعُ الْمُرُّ يُفِيْدُ فِي صِحَّةَ الْقَلْبِ إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. اَلْقَرْعُ الْمُرُّ يُنَشِّطُ الْجِسْمَ. 3. اَلْقَرْعُ الْمُرُّ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ السُّكَرِيِّ. 4. اَلقَرْعُ الْمُرُّ يُطَهِّرُ الدَّمَ مِنَ السُّمُومِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 5. اَلْقَرْع الْمُرُّ يُقَوِّي نِظَامَ الْهَضْمِ. 6. اَلْقَرْعُ الْمُرُّ يُقَلِّلُ الْوَزْنَ. 7. اَلْقَرْعُ الْمُرُّ يُقَوِّي النَّظَرَ. 8. اَلْقَرْعُ الْمُرُّ يُفِيدُ فِي مَرَضِ الصُّدَاعِ. 9. اَلْقَرْعُ الْمُرُّ يُقَلِّلُ الْكُولِيسترُولَ الزَّائِدَ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 10. اَلْقَرْعُ الْمُرُّ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ

الْسَّرَطَانِ. **11**. اَلْقَرْعُ الْمُرُّ يُفِيْدُ فِي قَتْلِ دِيْدَانِ الْمَعِدَةِ. **12**. اَلْقَرْعُ الْمُرُّ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْبَوَاسِيْرِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **13**. اَلْقَرْعُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْغَازَاتِ لِلْبَطَنِ. **14**. اَلْقَرْعُ مُدِرٌّ لِلْبَوْلِ. **15**. اَلْقَرْعُ الْمُرُّ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الْأَكْلِ. **16**. اَلْقَرْعُ الْمُرُّ يُزِيْلُ الْمُخَاطَ. **17**. اَلْقَرْعُ الْمُرُّ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ اِلْتِهَابِ الْجِسْمِ. **18**. اَلْقَرْعُ الْمُرُّ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإمْسَاكِ. **19**. اَلْقَرْعُ الْمُرُّ يُفِيْدُ فِي شُقُوْقِ الْجِسْمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **20**. اَلتَّدْهِيْنُ بِأوْرَاقِ الْقَرْعِ الْمُرِّ يُزِيْلُ اِلْتِهَابَ الأَرْجُلِ وَالأَيَادِيّ. **21**. عَصِيْرُ الْقَرْعِ الْمُرِّ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ انْتِفَاخِ الْمَرَارَةِ. **22**. عَصِيْرُ الْقَرْعِ الْمُرِّ مَعَ الْعَسَلِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْبَوَاسِيْرِ.

نِعْمَةُ الْجَزَرِ

عربی	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْجزَرُ	گاجر	**Carrot**	کیرٹ

نِعْمَةُ الْجَزَرِ: اَلْجزَرُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، أَلَا تَرَى أنَّ الله تَبَارَكَ وَتَعَالَى يُخْرِجُ الْجَزَرَ الْحُلْوَ مِنْ بَيْنِ الْمَاءِ وَالْتُّرَابِ، وَيَكُوْنُ لَذِيْذاً، وَيُؤكَلُ الْجَزَرُ دُوْنَ أنْ تُطْبَخَ، وَكَذَلِكَ يُجْعَلُ مِنْهُ الْعَصِيْرُ وَذَلِكَ يَكُوْنُ لَذِيذاً جِداً، وَكَذَلِكَ يُجْعَلُ الإدَامُ مِنَ الْجَزَرِ، وَالْلَّبَنِيَّةُ (کھیر) أَيْضاً، وَكَذَلِكَ يُجْعَلُ الْجَزَرُ فِي الْكَامِخِ (اچار) أَيْضاً. إنِ اجْتَمَعَ الْعَالَمُ كُلُّهُ أنْ يَخْلُقُوا حَبَّةً وَاحِدَةً مِنَ الْجَزَرِ فَلا يُمْكِنُهُمْ أبَداً أبَداً. فَعَلَيْنَا أنْ نَشْكُرَ اللهَ تَبَارَكَ وَتَعَالَى عَلَى نِعَمِهِ الْعَالِيَةِ الَّتِي لَا تُعَدُّ وَلَا تُحْصَى.

طَبِيْعَةُ الْجَزَرِ: حَارٌّ وَرَطْبٌ، وَعَصِيْرُهُ بَارِدٌ وَرَطْبٌ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْجَزَرِ: **1**. اَلْجزَرُ يُفِيدُ فِي أمْرَاضِ الْقَلْبِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **2**. اَلْجَزَرُ يُقَوّي الْجِسْمَ. **3**. اَلْجزر يَكُوْنُ سَبَباً لِاعْتِدَالِ الْجُلُوكُوزِ فِي الْدَّمِ. **4** اَلْجَزَرُ يُزِيْلُ الْتَّعَبَ وَالْتَّكَاسُلَ. **5**. الْجزرُ يُفِيْدُ فِي صِحَّةِ الْجِلْدِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **6**. اَلْجزرُ يُفِيدُ فِي

مَرَضِ الْسَّرَطَانِ. 7. اَلْجَزَرُ يَشْتَمِلُ عَلَى فِيْتَامِيْنِ أ (A) الَّذِي يُقَوِّي النَّظَرَ. 8. اَلجزرُ يُفِيْدُ فِي أَمْرَاضِ الْكَبِدِ وَتُطَهِّرُهُ مِنَ الْسُّمُومِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 9. الْجَزَرُ يُفِيْدُ فِي صِحَّةِ الْفَمِ وَالأَسْنَانِ. 10. اَلْجَزَرُ يُفِيدُ فِي مَرَضِ الإمْسَاكِ. 11. اَلْجزرُ يُفِيْدُ فِي نُمُوِّ الْشَّعْرِ وَيُقَوِّي الْشَّعْرَ. 12. اَلْجَزَرُ يُقَوِّي الْعِظَامَ وَالأَسْنَانَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 13. اَلْجَزَرُ يُفِيْدُ فِي تَنْظِيْفِ الْدَّمِ. 14. اَلْجزرُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ اِلتِهَابِ الْمَفَاصِلِ. 15. اَلْجَزَرُ يُفِيدُ فِي أَمْرَاضِ الْمَعِدَةِ. 16. اَلْجزرُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ اِلْتِهَابَاتِ الْمَثَانَةِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 17. اَلْجَزَرُ يَزِيْدُ الْقُوَّةَ الْجِنْسِيَّةَ. 18. اَلْجَزَرُ يَزِيْدُ الْلَّبَنَ فِي الْنِّسَاءِ. 19. اَلْجَزَرُ يُقَوِّي الْدِّمَاغَ وَالْجِسْمَ. 20. اَلْجَزَرُ مَمْلُوءٌ بِالْفُوْلَاذِ الَّذِيْ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ فَقْرِ الْدَّمِ. 21. اَلْجَزَرُ يَزِيْدُ الْخَلَايَا الْحَمْرَاءَ فِي الْدَّمِ. 22. اَلْجَزَرُ يُقَوِّي الْقُوَّةَ الْمُدَافِعَةَ فِي الْجِسْمِ. 23. اَلْجَزَرُ مُفِيْدٌ جِداً لِقُرُوْحِ الْجِسْمِ وَالْدُّمَلِ. 24. اَلْجَزَرُ مُدِرٌّ لِلْبَوْلِ. 25. اَلْجَزَرُ يُقَوِّي نِظَامَ الْهَضْمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 26. اَلْجَزَرُ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأَكْلِ. 27. اَلْجَزَرُ مَعَ الْسُّكَّرِ الْهِنْدِيِّ (گڑ) يَقْتُلُ دِيْدَانَ الْبَطْنِ. 28. عَصِيْرُ الْجَزَرِ مَعَ الْحَلِيْبِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإسْهَالِ. 29. عَصِيْرُ الْجَزَرِ مَعَ عَصِيْرِ الْسَّبَانخِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ اِلْتِهَابِ الْلَّوْزَتَيْنِ. 30. عَصِيْرُ الْجَزَرِ مَعَ الْعَسَلِ يُسَكِّنُ آلَامَ الْصَّدْرِ. 31. عَصِيْرُ الْجَزَرِ يَزِيْدُ الْلَّبَنَ فِي الْنِّسَاءِ. 32. عَصِيْرُ الْجَزَرِ مَعَ الْعَسَلِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْحَكَّةِ. 33. اَلْجَزَرُ الْمَسْحُوْقُ يُفِيْدُ فِي انْدِمَالِ الْجُرُوْحِ الْمُحْتَرَقَةِ عِنْدَ اسْتِعْمَالِهِ مِثْلَ الْمَرْهَمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

دَلَالَةُ الْجَزَرِ عَلَى وُجُوْدِ اللهِ تَبَارَكَ وَ تَعَالَى: هَلْ يُمْكِنُ تَصْوِيْرُ الْجَزرِ بِدُوْنِ صَانِعٍ وَمُصَوِّرٍ؟ كَلَّا، فَتَفَكَّرُوا أَيُّهَا الْمُلْحِدُوْنَ كَيْفَ يَخْلُقُ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى وَيَصْنَعُ الْجَزَرَ الْحُلْوَ تَحْتَ الْتُّرَابِ، وَيَخْلُقُ مَلَآيِيْنَ تَنْ جَزَرٍ فِي الْعَالَمِ، وَهَذِهِ تَدُلُّ عَلَى قُدْرَةِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى وَعَلَى وُجُوْدِهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

نِعْمَةُ الْدُّبَّاءِ

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ

اَلْدُّبَّاءُ	كدو	Caurd	کاؤرڈ

نِعْمَةُ الْدُّبَّاءِ: اَلْدُّبَّاءُ بِضَمِّ الْدَّالِ، وَهُوَ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَلَهُ أَنْوَاعٌ عَدِيْدَةٌ، وَعَنْ سَيِّدِنَا وَمَولَانَا أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ رضي الله عنه أَنَّهُ قَالَ كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يُحِبُّ الدُّبَّاءَ". وَهَذَا دَلِيْلٌ أَنَّ الْدَّبَاءَ لَهُ فَوَائِدُ كَثِيْرَةٌ.

طَبِيْعَةُ الْدُّباءِ: بَارِدٌ وَرَطْبٌ.

فَوَائِدُ الْدَّباءِ: 1. اَلْدُّباء يُقَوِّي الْنَّظَرَ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. اَلْدُّباءُ يُفِيدُ فِي قِلَّةِ الْوَزْنِ. 3. اَلْدُّباءُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ تجَاعُدِ الْجِلْدِ. 4. اَلْدُّباء يُفِيدُ فِي مَرَضِ الْسَّرَطَانِ. 5. اَلْدُّباءُ يُفِيدُ فِي مَرَضِ الْسُّكَرِيِّ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 6. اَلْدُّباءُ يُقَلِّلُ الْكُولِيستَرُولِ الْزَّائِدَ فِي الْدَّمِ. 7. اَلْدُّبَاءُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الْدَّمِ. 8. اَلْدُّباءُ يُفِيدُ فِي إِخْرَاجِ الْبَلْغِمِ. 9. اَلْدُّباءُ يُفِيْدُ فِي صِحَّةِ نِظَامِ الْهَضْمِ. 10. اَلْدُّباءُ يَزِيْدُ الْطَّاقَةَ الْجِنْسِيَّةَ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 11. اَلْدُّباءُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْيَرْقَانِ. 12. اَلْدُّباءُ مُنَشِّطٌ لِلْكَبِدِ. 13. اَلْدُّباءُ يُقَوِّي الأَعْصَابَ. 14. اَلْدُّباءُ يُزِيْلُ الْحَرَارَةَ الْزَّائِدَةَ مِنَ الْجِسْمِ. 15. اَلْدُّباءُ يُفِيدُ فِي مَرَضِ الْسُّعَالِ وَأَمْرَاضِ الْصَّدْرِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 16. اَلدُّباءُ مُفِيدٌ فِي أَمْرَاضٍ لِلأُذُنِ وَالْعَيْنِ. 17. اَلْدُّباءُ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأَكْلِ.

نِعْمَةُ الْثُّوْمِ

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْثُّومُ	لہسن	Garlic	گارلک

نِعْمَةُ الْثُّوْمِ: اَلْثُّوْمُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى وَإِذَا تَفَكَّرْتَ فِي صَنْعِهَا بِأَنَّ اللهَ تَبَارَكَ وَتَعَالَى صَنَعَهَا بِصُوْرَةٍ جَمِيْلَةٍ وَحَسَنَةٍ.

طَبِيْعَةُ الْثُّومِ: حَارٌّ وَجَافٌّ فِي الْدَّرَجَةِ الْثَّانِيَةِ فَعَلَيْنَا أَنْ نَسْتَعْمِلَ شَيْئاً بَارِداً وَرَطَباً مَعَ الْثُّوْمِ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الثُّومِ: 1. اَلثُّومُ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْقَلْبِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. اَلثُّومُ يُفِيدُ فِي تَقْلِيْلِ الْكُولِيستَرُولِ الزَّائِدِ فِي الْدَّمِ. 3. اَلْثُّومُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الْدَّمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 4. الثُّومُ يُقَوِّي الْعِظَامَ. 5. اَلثُّومُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الأمْعَاءِ. 6. اَلثُّومُ يُفِيدُ فِي مَرَضِ الْسُّكَرِيِّ. 7. اَلثُّومُ يُفِيدُ فِي مَرَضِ الْسَّرَطَانِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 8. اَلثُّومُ يُفِيدُ فِي أمْرَاضِ الْفَمِ وَالأسْنَانِ. 9. اَلثُّومُ يُفِيدُ فِي مَرَضِ نَزْلَةِ الْبَرْدِ. 10. اَلثُّومُ يُقَلِّلُ الْوَزْنَ الْزَّائِدَ. 11. اَلثُّومُ يُفِيدُ فِي صِحَّةِ الْعَيْنِ. 12. اَلثُّومُ يُفِيدُ فِي مَرَضِ اِلتِهَابِ الأذُنِ. 13. اَلثُّومُ يُفِيدُ فِي مَرَضِ اِلتِهَابِ الْكِلْيَةِ. 14. اَلْثُّومُ يُفِيدُ فِي مَرَضِ الْبِشْرَةِ وَالْجِلْدِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.15. اَلْثُّوْمُ يُقَوِّي الْدِّمَاغَ. 16. اَلْثُّوْمُ يُفِيْدُ فِي إخْرَاجِ الْمُخَاطِ مِنَ الْجِسْمِ. 17. اَلْثُّومُ يُقَوِّي نِظَامَ الأعْصَابِ. 18. اَلْثُّوْمُ يُسَكِّنُ آلَامَ الْبَطْنِ. 19. اَلْثُّوْمُ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الْأَكْلِ. 20. اَلْثُّوْمُ يُفِيْدُ فِي إخْرَاجِ الْغَازَاتِ مِنَ الْبَطْنِ. 21. اَلْثُّوْمُ يُقَوِّي نِظَامَ الْهَضْمِ. 22. اَلْثُّوْمُ يَقْتُلُ دِيْدَانَ الْبَطْنِ. 23. اَلْغَرْغَرَةُ بِعَصِيْرِ الْثُّوْمِ مَعَ الْمَاءِ الْحَارِّ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْحَنْجَرَةِ. 24. لَعْقُ عَصِيْرِ الْثُّوْمِ مَعَ الْعَسَلِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسُّعَالِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتعَالَى. 25. تَقْطِيْرُ الْثُّوْمِ مَعَ الْزَّيْتِ الْسَّاخِنِ يُفِيْدُ فِي أَلَمِ الْأُذُنِ. 26. اَلْثُّوْمُ مَعَ الْلَّبَنِ الْحَارِّ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَلِّ (تِي بِي). 27. اَلْثُّوْمُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْنَّوْبَةِ الْقَلْبِيَّةِ. 28. اَلْثُّومُ مَعَ الْلَّبَنِ الْحَارِّ يُفِيْدُ فِي آلَامِ الْمَفَاصِلِ وَألَمِ الْظَّهْرِ. 29. اَلْثُّوْمُ الْمَسْحُوْقُ إذَا جَعَلْتَ عَلَى مَكَانِ الألَمِ فَيُسَكِّنُ. 30. وَضْعُ الْثُّوْمِ فِي الْسِّنِّ الْمُصَابَةِ بِالْأَلَمِ يُسَكِّنُ ألَمَهَا، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 31. شُرْبُ عَصِيْرِ الْثُّوْمِ مَعَ الْمَاءِ يَزِيْدُ الْبَصَارَةَ. 32. اَلتَّدْهِيْنُ بِالْثُّوْمِ مَعَ زَيْتِ سِمْسِمٍ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْحَكَّةِ. 33. تَدْهِيْنُ الْرَّأْسِ بِالْثُّوْمِ مَعَ الْلَّيْمُوْنِ يَقْتُلُ الْقُمَّلَ. 34. وَضْعُ الْثُّوْمِ فِي الْبَيْتِ يَكُوْنُ سَبَباً لِفَرَارِ الْحَيَّةِ وَالْحَشَرَاتِ الْسَّامَّةِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

مَضَارُّ الإسْرَافِ فِي الثُّومِ: 1. الإسْرَافُ فِي الثُّومِ يُسَبِّبُ اِلْتِهَابَ الْجِلْدِ. 2. الإسْرَافُ فِي الْثُّومِ يُسَبِّبُ الْقَيَءَ. 3. الإسْرَافُ فِي الثُّومِ يُسَبِّبُ الإسْهَالَ. 4. اَلإسْرَافُ فِي الْثُّوْمِ يَكُوْنُ سَبَباً لِجَفَافِ

الْجِسْمِ. **5**. اَلإِسْرَافُ فِي الْثُّوْمِ يُسَبِّبُ الْصُّدَاعَ. **6**. اَلإِسْرَافُ فِي الْثُّوْمِ يَزِيْدُ الْحَرَارَةَ فِي الْجِسْمِ. **7**. اَلإِسْرَافُ فِي الْثُّوْمِ يَزِيْدُ الْحَرَارَةَ فِي الْمَعِدَةِ.

نِعْمَةُ الْبَاذِلَّاءِ

عربی	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْبَاذِلَّاءُ	مٹر	**Peas**	پیز

نِعْمَةُ الْبَاذِلَّاءِ: اَلْبَاذِلَّاءُ نِعْمَةٌ وَآيَةٌ عَظِيْمَةٌ عَلَى قُدْرَةِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، تَفَكَّرُوا أَيُّهَا الإِخْوَةُ وَالأَخَوَاتُ فِي تَخْلِيْقِ الْبَاذِلَّاءِ كَيْفَ خَلَقَ اللهُ سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى الْبَاذِلَّاءَ وَكَيْفَ رَتَّبَ حُبُوبَ الْبَاذِلَّاءِ بِتَرْتِيْبٍ عَجِيْبٍ وَبَدِيْعٍ.

طَبِيْعَةُ الْبَاذِلَّاءِ: حَارٌّ وَجَافٌّ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْبَاذِلَّاءِ: **1**. اَلْبَاذلاءُ يُفِيْدُ فِي أَمْرَاضِ الْقَلْبِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **2**. اَلْبَاذِلاءُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَّرَطَانِ. **3**. اَلْبَاذلاءُ يُقَلِّلُ الْكُولِيسترُولَ الْزَّائِدَ فِي الْدَّمِ. **4**. اَلْباذلاءُ يُقَوِّي الْشَّعْرَ. **5**. اَلْباذلاءُ تُفِيدُ فِي مَرَضِ سَرَطَانِ الْمَعِدَةِ. **6**. اَلْباذِلاءُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإِمْسَاكَ. **7**. اَلْبَاذِلاءُ يُفِيدُ فِي مَرَضِ آلَامِ الْمَفَاصِلِ. **8**. اَلْباذلاءُ يُقَوِّي الْعِظَامَ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **9**. اَلْباذِلَّاءُ يُقَوِّي الْجِسْمَ. **10**. اَلْباذلَّاءُ يُقَوِّي الْعَيْنِ. **11**. اَلبَاذِلَّاءُ مُفِيْدَةٌ لِصِحَّةِ الْحَامِلِ. **12**. اَلْباذِلَّاءُ يُقَوِّي الْعِظَامَ. **13**. اَلْباذِلَّاءُ يُفِيدُ فِي أَمْرَاضِ الْجِلْدِ.

نِعْمَةُ الْفِجْلِ

عربی	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْفِجْلُ	مولی	**Radish**	ریڈش

نِعْمَةُ الْفِجْلِ: اَلْفِجْلُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَكَيْفَ يَخْلُقُ اللهُ سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى الْفِجْلَ دَاخِلَ الْتُّرَابِ فِي الأَرْضِ، وَلَا نَجِدُ فِيْهِ أيَّ أثَرٍ لِلْتُّرَابِ، وَالْفِجْلُ مَمْلُوءٌ بفَوَائِدَ صِحِّيَّةٍ.

طَبِيْعَةُ الْفِجْلِ: حَارٌّ وَجَافٌّ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْفِجْلِ: 1. اَلْفِجلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْقَلْبِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. اَلْفِجلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْكُوْلِسْتَرُوْلِ الْزَّائِدِ فِي الْجِسْمِ. 3. اَلْفِجلُ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأَكْلِ. 4. اَلْفِجلُ يَكُوْنُ سَبَباً لِاعْتِدَالِ الْوَزْنِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 5. اَلْفجلُ يُسَاعِدُ فِي صِحَّةِ نِظَامِ الْهَضْمِ. 6. اَلْفِجْلُ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْكَبِدِ وَالْمَرَارَةِ. 7. اَلْفجلُ يُزِيْلُ الْسَّمَانَةَ الْزَّائِدَةَ. 8. الْفجلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَّرَطَانِ. 9. اَلْفِجلُ يُزِيْلُ آلَامَ الْجِسْمِ. 10. اَلْفجلُ يُفِيدُ فِي مَرَضِ الالْتِهَابِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 11. اَلْفِجلُ يُفيدُ فِي أمْرَاضِ الْفَمِ وَالْحَلْقِ. 12. اَلْفِجلُ يُفِيدُ فِي الْحُمَّى، وَ نَزْلَةِ الْبَرْدِ، وَالْسُّعَالِ. 13. اَلفجلُ يُقَوِّي نِظَامَ الْهَضْمِ.. 14. اَلْفجلُ يُزِيْلُ الْسُّمُومَ مِنَ الْجِسْمِ. 15. اَلْفجلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الْدَّمِ. 16. اَلْفِجلُ يُقَوِّي الْكِلْيَةَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 17. اَلْفِجلُ يُفِيدُ فِي مَرَضِ الْيَرقَانِ. 18. اَلْفِجْلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإمْسَاكِ. 19. اَلْفِجْلُ يُزِيْلُ الْغَازَ الْزَّائِدَ مِنَ الْجِسْمِ. 20. اَلْفِجْلُ يُفِيْدُ فِي قَتْلِ دِيْدَانِ الْبَطْنِ. 21. شُرْبُ عَصِيْرِ الْفِجْلِ بِالْمِلْحِ وَالْفِلْفِلِ الأسْوَدِ يُفِيْدُ فِي أَلَمِ الْبَطْنِ. 22. اَلْفِجْلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ آلَامِ الأسْنَانِ. 23. إذَا جَعَلْتَ الْمِلْحَ فِي عَصِيْرِ الْفِجلِ فَهَذَا يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْحَنْجَرَةِ وَيُحَسِّنُ الْصَّوْتَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 24. اَلْفِجْلُ مَمْلُوءٌ بِبُوتَاسِيْومِ وَهَذَا يُفِيْدُ فِي اعْتِدَالِ الْجِسْمِ. 25. اَلْفِجْلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ آلَامِ الأعْصَابِ.26. اَلْتَّدْهِيْنُ بِعَصِيْرِ الْفِجْلِ يَقْتُلُ قُمَّلَ الْرَّأسِ. 27. اَلْفِجْلُ الْمَسْحُوْقُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْحَكَّةِ عِنْدَ اسْتِعْمَالِهِ مِثْلَ الْمَرْهَمِ. 28. وَضْعُ الْفِجْلِ الْمَسْحُوْقِ يَكُوْنُ سَبَباً لِانْدِمَالِ الْقُرُوْحِ وَالْدُّمَلِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

دَلَالَةُ الْفِجْلِ عَلَى وُجُوْدِ اللهِ تَبَارَكَ وَ تَعَالَى: هَلْ يُصْنَعُ تَصْوِيْرُ الْفِجْلِ أوِ الْفِجْلُ الْمَصْنُوْعِيُّ بِغَيْرِ صَانِعٍ؟ كَلَّا، فَتَفَكَّرُوا أيُّهَا الْمُلْحِدُوْنَ كَيْفَ يَخْلُقُ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى وَيَصْنَعُ الْفَجْلَ تَحْتَ الْتُّرَابِ، وَيَخْلُقُ مَلَآيِيْنَ تَنْ فِجْلٍ فِي الْعَالَمِ، فَتَبَارَكَ اللهُ أحْسَنُ الْخَالِقِيْنَ.

نِعْمَةُ الْحُلْبَةِ

انگلش تلفظ	انگلش	اردو	عربی
فینوگریک	**Fenugreek**	میتھی	اَلْحُلْبَةُ

نِعْمَةُ الْحُلْبَةِ. اَلْحُلْبَةُ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، اَلْحُلْبَةُ مَمْلُوءَةٌ بِفَوَائِدَ كَثِيْرَةٍ.

طَبِيْعَةُ الْحُلْبَةِ: حَارٌّ وَجَافٌّ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْحُلْبَةِ: **1**. اَلْحُلبَةُ تُفِيدُ فِي مَرَضِ آلَامِ الْصَّدْرِ. **2**. اَلْحُلْبَةُ تُفِيدُ فِي تَقْلِيْلِ الْكُولِيسترُولِ فِي الْدَّمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **3**. اَلْحُلبَةُ تُفِيدُ فِي مَرَضِ آلَامِ الْمَفَاصِلِ. **4**. اَلْحُلبَةُ تَزِيْدُ الرَّغْبَةَ الْجِنْسِيَّةَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **5**. اَلْحُلبَةُ تُفِيدُ فِي تَقْلِيْلِ الْوَزْنِ الزَّائِدِ. **6**. اَلْحُلبَةُ تُفِيدُ فِي أمْرَاضِ الْبِشْرَةِ وَالْشَّعْرِ. **7**. اَلْحُلبَةُ تُفِيدُ فِي مَرَضِ آلَامِ الْحَيْضِ. **8**. اَلْحُلبَةُ تُفِيْدُ فِي قَتْلِ الْخَلَايَا الْسَّرْطَانِيَّةِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **9**. اَلْحُلبَةُ تُفِيدُ فِي مَرَضِ سَرَطَانِ الْقُولُونِ. **10**. اَلْحُلبَةُ تُفِيدُ فِي مَرَضِ الإمْسَاكِ وَالإسْهَالِ. **11**. اَلْحُلبَةُ تُفِيدُ فِي مَرَضِ الْسُّكَرِيِّ. **12**. اَلْحُلبَةُ تُفِيدُ فِي أمْرَاضِ الْجِلْدِ.**13**.اَلْحُلْبَةُ تَزِيْدُ حَلِيْبَ الأمِّ.

اَلْفَائِدَةُ: تَفَكَّرُوا أيُّهَا الإخْوَةُ وَالأخَوَاتُ أنَّ كَثِيراً مِنَ الْبُلْدَانِ وَالْمَصَانِعِ الْفَاخِرَةِ تَصْنَعُ الأشْيَاءَ وَتُبَيِّنُ الْفَوَائِدَ لِتَلْكَ الأشْيَاءِ وَتَقُوْلُ: إنَّ الْتَّكْنُولُوجِيَةَ الْجَدِيدَةَ وَالْفَاخِرَةَ صَنَعَهَا وَلَهَا فَوَائِدُ كَثِيْرَةٌ، وَيَدَّعُونَ بِأنَّهُ لَا يُوْجَدُ فِيْهَا أيُّ عَيْبٍ لَكِنْ بَعْدَ سَنَوَاتٍ عَدِيْدَةٍ يَأتِي الْتَّحْقِيْقُ الْجَدِيْدُ بِأنَّ هَذَا الْشَّئَ لَهُ مَضَارٌّ كَذَا وَكَذَا وَلَا تَسْتَعْمِلُوا هَذَا، وَلَكِنْ أيُّهَا الإخْوَةُ وَالأخَوَاتُ تَفَكَّرُوا فِي تِكْنُولُوجِيَّةِ الْرَّحْمَنِ الْرَّحِيْمِ لَنْ تَجِدُوْا أيَّ عَيْبٍ مَعَ أنَّهَا قَدِيْمَةٌ بَلْ فِي زَمَانِنَا جَمِيْعُ الأطِبَّاءِ

وَالْدَّكَاترِ الْمَهَرَةِ يَنْصَحُوْنَ الْنَّاسَ بِاسْتِعْمَالِ الْفَوَاكِهِ وَالْخَضْرَوَاتِ وَيُبَيِّنُونَ الْفَوَائِدَ لَهَا، فَتَبَارَكَ اللهُ أحْسَنُ الْخَالِقِيْنَ.

زَيْتُ الْحُلْبَةِ

اَلْفَوَائِدُ: 1. زَيْتُ الْحُلْبَةِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسُّكَّرِيِّ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعالَى. 2. زَيْتُ الْحُلْبَةِ مَمْلُوءٌ بِالْفُوْلَاذِ وَ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ فَقْرِ الْدَّمِ. 3. زَيْتُ الْحُلْبَةِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْبَوَاسِيْرِ الْدَّمَوِيِّ. 4. زَيْتُ الْحُلْبَةِ يُقَوِّي الْمَعِدَةَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبارَكَ وَتَعَالَى. 5. زَيْتُ الْحُلْبَةِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ اِلْتِهَابِ الْأَمْعَاءِ. 6. زَيْتُ الْحُلْبَةِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْغَازَاتِ لِلْبَطْنِ. 7. زَيْتُ الْحُلْبَةِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسُّعَالِ. 8. زَيْتُ الْحُلْبَةِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإمْسَاكِ الْمُزْمِنِ. 9. زَيْتُ الْحُلْبَةِ يُسَكِّنُ آلَامَ الْجِسْمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبارَكَ وَتَعالَى.

قال الله سبحانه وتعالى: ﴿وإن تعدوا نعمة الله لا تحصوها﴾ (الآية)

نعمة الأغذية وفوائدها

الماء، العسل، الحليب، اللبن الرائب، الزبدة، السمن البلدي، الملح، القرفة، الهيل الأسود، الهيل الأخضر، الحبة السوداء، القرنفل، الكرفس، الشمر، الكركم، الفلفل الأسود، جوزة الطيب، الكمون

الجزء الثاني

إعداد:

محمد عبد العزيز الغازي

مدير جامعة العلوم الإسلامية الفريدية وجامعة سيدة حفصة رضي الله عنها

الناشر: هيئة إحياء علوم القرآن والسنة

بسم الله الرحمن الرحيم

التقديم

خَلَقَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى فِي هَذِهِ الْدُّنْيَا الْنِّعَمَ لَا تُعَدُّ وَلَا تُحْصَى، قَالَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى: ﴿وَإِنْ تَعُدُّوا نِعْمَةَ اللهِ لَا تُحْصُوْهَا﴾. وَمِنْ هَذِهِ النِّعَمِ نِعْمَةُ الْفَوَاكِهِ وَالْخَضْرَوَاتِ، وَكُلُّ وَاحِدٍ مِنْهُمَا مَلِيْئَةٌ بِفَوَائِدَ عَظِيْمَةٍ وَعَجِيْبَةٍ وَمُذْهِلَةٍ، وَأَنَّ الْشَّبَكَةَ مَلِيْئَةٌ بِفَوَائِدِ الْفَوَاكِهِ وَالْخَضْرَوَاتِ بِجَمِيْعِ الأَلْسِنَةِ الْرَّائِجَةِ فِي الْعَالَمِ، فَعَلَيْنَا أَنْ نُدَرِّسَ الْطُّلَّابَ وَالْطَّالِبَاتِ فَوَائِدَ الْفَوَاكِهِ وَالْخَضْرَوَاتِ كَيْ يَتَوَجَّهُوا إِلَى اسْتِعْمَالِ الْفَوَاكِهِ وَالْخَضْرَوَاتِ وَيَتْرُكُوا أَكْلَ الأَكَلَاتِ الْسَّرِيْعَةِ وَشُرْبَ الْقَوَارِيْرِ الْغَازِيَةِ الْمُضِرَّةِ لِلْمَعِدَةِ وَالْجِسْمِ الَّتِي يَكُوْنُ سَبَباً لِكَثِيْرٍ مِنَ الأَمْرَاضِ، وَأَيْضاً عَلَيْنَا أَنْ نَعْرِفَ مِزَاجَ الْفَوَاكِهِ وَالْخَضْرَوَاتِ كَيْ نَسْتَعْمِلَهَا دُوْنَ أَنْ نَتَضَرَّرَ بِهَا؛ لِأَنَّ مِنْ هَدْيِ الْنَّبِيِّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَجَدْنَا قَاعِدَةً عَظِيْمَةً الَّتِي ذَكَرَهَا الْشَّيْخُ الإِمَامُ عَبْدُ الرَّحْمَنِ بْنُ الْجَوْزِيُّ الْقُرَيْشِيُّ الْبَغْدَادِيُّ رَحِمَهُ اللهُ تَعَالَى فِي كِتَابِهِ الْمُسَمَّى بِالْطِّبِّ الْنَّبَوِيّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَهِيَ: "أَنَّ سَيِّدَنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّداً صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مَا كَانَ يَجْمَعُ بَيْنَ غِذَائَيْنِ حَارَّيْنِ وَلَا بَارِدَيْنِ وَلَا جَافَّيْنِ وَلَا رَطْبَيْنِ وَلَا مُسْهِلَيْنِ وَلَا قَابِضَيْنِ وَلَا غَلِيْظَيْنِ وَلَا بَيْنَ شَوِيٍّ وَطَبِيْخٍ وَلَا بَيْنَ لَبَنٍ وَبَيْضٍ وَلَا بَيْنَ لَحْمٍ وَلَبَنٍ وَلَا بَيْنَ لَبَنٍ وَسَمَكٍ وَلَا بَيْنَ لَبَنٍ وَحَامِضٍ وَلَمْ يَكُنْ يَأْكُلُ طَعَاماً فِي وَقْتِ شِدَّةِ حَرَارَتِهِ وَلَا طَبِيْخًا بَائِتًا يُسَخَّنُ لَهُ بِالْغَدِ؛ لِأَنَّ كُلَّ هَذِهِ الأَنْوَاعَ ضَارٌّ مُوْلِدٌ لِأَمْرَاضٍ كَثِيْرَةٍ" فَعَلَيْنَا أَيُّهَا الإِخْوَةُ وَالأَخَوَاتُ أَنْ نَعْرِفَ أَوَّلاً طَبِيْعَةَ الْفَوَاكِهِ وَالْخَضْرَوَاتِ وَنَسْتَعْمِلَ مَعَ الْحَارِّ شَيْئاً بَارِداً، وَمَعَ الْجَافِّ شَيْئاً رَطَبًا، كَيْ نَتَّقِيَ مِنْ مَضَارِّ الْفَوَاكِهِ وَالْخَضْرَوَاتِ، كَمَا أَشَرْنَا إِلَى هَذِهِ الْمَسْئَلَةِ فِي الْكِتَابِ فِي الأَمَاكِنِ الْمُخْتَلِفَةِ. فَعَلَيْنَا أَنْ نُعَلِّمَ الْطُّلَّابَ وَالْطَّالِبَاتِ عِلْمَ الأَمْرَاضِ وَأَنْ نُعَالِجَ الأَمْرَاضَ أَوَّلاً بِالْفَوَاكِهِ وَالْخَضْرَوَاتِ وَالأَغْذِيَةِ.

محمد عبد العزيز الغازي

8 من رجب 1440 للهجرة الموافق 16 مارس 2019 للميلاد

نِعْمَةُ الْمَاءِ

عربی	ارد	ل	انگلش تلفظ
اَلْمَاءُ	پانی	Water	واٹر

نِعْمَةُ الْمَاءِ: إنَّ الْمَاءَ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَيَدُلُّ عَلَى عَظَمَتِهِ وَقُدْرَتِهِ، اَلْمَاءُ سَبَبٌ لِحَيَاةِ كُلِّ شَيءٍ قَالَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى: ﴿وَجَعَلْنَا مِنَ الْمَاءِ كُلَّ شَيءٍ حَيٍّ أفَلَا يُؤمِنُوْنَ﴾ (الأنبياء: 30). اَلْمَاءُ نِعْمَةٌ مُبَارَكَةٌ قَالَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى: ﴿وَنَزَّلْنَا مِنَ السَّمَاءِ مَاءً مُبَارَكاً فَأَنْبَتْنَا بِهِ جَنَّاتٍ وَحَبَّ الْحَصِيْدِ﴾ (سوءة ق:9)، اَلْمَاءُ سَبَبٌ عَظِيْمٌ لِتَطْهِيْرِ الأشْيَاءِ مِنَ الْجِسْمِ وَالْمَلَابِسِ وَالأوَانِيّ وَالْبُيُوْتِ وَالدَّكَاكِيْنِ كَمَا قَالَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى: ﴿وَيُنَزِّلُ عَلَيْكُمْ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً لِيُطَهِّرَكُمْ بِهِ﴾ (سورة الأنفال: 11)، وَقَالَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى: ﴿وَأنْزَلْنَا مِنَ السَّمَاءِ مَاءً طَهُوْراً﴾ (سورة الفرقان:48).

طَبِيْعَةُ الْمَاءِ: بَارِدٌ وَرَطَبٌ، وَعِنْدَ الْبَعْضِ مُعْتَدِلٌ فِي الْبُرُوْدَةِ وَالْحَرَارَةِ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْمَاءِ: 1. اَلْمَاءُ يُنَظِّفُ الْعُرُوْقَ وَجَمِيْعَ الْطُّرُقِ لِلْدَّمِ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. اَلْمَاءُ يَكُوْنُ سَبَباً لِاعْتِدَالِ دَرَجَةِ الْحَرَارَةِ لِلْجِسْمِ. 3. اَلْمَاءُ يُخْرِجُ الْمَوَادَ الْمَسْمُوْمَةَ مِنَ الْجِسْمِ. 4. اَلْمَاءُ يُقَوِّي عَمَلِيَّةَ الْكَبِدِ. 5. اَلْمَاءُ يُقَوِّي نِظَامَ الْهَضْمِ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 6. اَلْمَاءُ يُرَطِّبُ جَمِيْعَ الْمَفَاصِلِ لِلْجِسْمِ. 7. اَلْمَاءُ يَنْقُلُ الْغِذَاءَ إلَى جَمِيْعِ أعْضَاءِ الْجِسْمِ. 8. اَلْمَاءُ يُنَشِّطُ الْجِسْمَ وَقْتَ الْوُضُوْءِ وَالْغُسْلِ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 9. اَلْمَاءُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الْدَّمِ. 10. اَلْمَاءُ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْجِلْدِ. 11. اَلْمَاءُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإمْسَاكِ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 12. اَلْمَاءُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَّرَطَانِ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 13. اَلْمَاءُ يُقَوِّي الأمْعَاءَ. 14. اَلْمَاءُ يُزِيْلُ جَفَافَ الأمْعَاءِ. 15. اَلْمَاءُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْيَرْقَانِ. 16. اَلْمَاءُ يُزِيْلُ الْحُمُوْضَةَ وَالْغَازَاتِ لِلْمَعِدَةِ. 17. اَلْمَاءُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ صُدَاعِ الرَّأسِ. 18. اَلْمَاءُ يُفِيْدُ فِي الْسُّعَالِ. 19. اَلْمَاءُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْحَنْجَرَةِ. 20. اَلْمَاءُ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْبَطْنِ. 21.

اَلْغُسْلُ مَعَ الْمَاءِ وَالْخَلِّ الْقَلِيْلِ يُنَشِّطُ الْجِسْمَ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتعَالَى. 22. وَضْعُ الْمَاءِ الْحَارِّ فِي الْكِيْسِ وَالْقَارُوْرَةِ عِنْدَ مَقَامِ الألَمِ يُفِيْدُ فِي آلَامِ الْمَفَاصِلِ وَأوْجَاعِ الْجِسْمِ. 23. اَلْمَاءُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْشَّقِيْقَةِ. 24. اَلْمَاءُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الرَّبُوْءِ. 25. اَلْمَاءُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْمَغْصِ. 26. اَلْغُسْلُ مَعَ الْمَاءِ وَالزَّيْتِ الْقَلِيْلِ يُنَشِّطُ الْجِسْمَ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 27. مَاءُ زَمْ زَمْ أحْسَنُ وَأجْوَدُ الْمَاءِ فِي الْعَالَمِ وَهُوَ شِفَاءٌ لِجَمْيْعِ الأمْرَاضِ، قَالَ رَسُوْلُ للهُ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: "مَاءُ زَمْ زَمْ لِمَا شُرِبَ لَهُ". 28. مَاءُ الْمَطَرِ أيْضاً مِنْ أحْسَنِ الْمِيَاهِ وَأجْوَدِهَا، قَالَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى: ﴿وَأنْزَلْنَا مِنَ الْسَّمَاءِ مَاءً مُبَارَكاً﴾، فَعَلَيْنَا أنْ نَحْتَفِظَ بِهَذَا الْمَاءِ وَلَا نُضَيِّعْهُ.

اَلْفَائِدَةُ: شُرْبُ الْمَاءِ بَعْدَ الْوُضُوْءِ يُفِيْدُ فِي سَبْعِيْنَ مَرَضاً، قَالَ الْنَّبِيُّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: "لَشُرْبُ مِنْ فَضْلِ وُضُوءِ الْمُؤمِنِ فِيْهِ شِفَاءُ مِنْ سَبْعِيْنَ دَاءً أدْنَاهُمُ الْهَمُّ"، فَعَلَيْنَا أنْ نُعَوِّدَ أنْفُسَنَا بِشُرْبِ الْمَاءِ بَعْدَ الْوُضُوْءِ مِنْ ثَلَاثَةِ إلَى خَمْسَةِ غُرُفَاتٍ، فَإنَّهُ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضٍ كَثِيْرَةٍ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. وَأيْضاً أنْ نَشْرَبَ الْمَاءَ كُلَّ يَوْمٍ مِنْ سَبْعَةٍ إلَى تِسْعَةِ كُؤُوْسٍ عَلَى الْأقَلِّ فِي أوْقَاتٍ مُخْتَلِفَةٍ؛ لِأنَّ الْمَاءَ حَيَاةٌ وَطَهُوْرٌ لِلْجِسْمِ. وَلِجَمِيْعِ الأعْضَاءِ.

نِعْمَةُ الْعَسَلِ

عربی	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْعَسَلُ	شہد	Honey	ہَنی

نِعْمَةُ الْعَسَلِ: إنَّ الْعَسَلَ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَفِيْهِ شِفَاءٌ مِنَ الأمْرَاضِ قَالَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى: ﴿فِيْهِ شِفَاءٌ لِلْنَّاسِ إنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُوْنَ﴾ (سورة النحل: 69)، قَالَ رَسُوْلُ اللهُ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: "عَلَيْكُمْ بِشِفَائَيْنِ الْعَسَلِ وَالْقُرْآنِ" وَيَعْتَرِفُ الْطِّبُّ الْجَدِيْدُ بِأنَّ الْعَسَلَ فِيْهِ شِفَاءٌ وَلَهُ فَوَائِدُ كَثِيْرَةٌ وَأنَّ الْشَّبَكَةَ مَمْلُوْءَةٌ بِفَوَائِدِ الْعَسَلِ فِي جَمِيْعِ الْلُّغَاتِ وَهَذَا يَدُلُّ عَلَى إعْجَازِ الْقُرْآنِ وَالْسُّنَّةِ، وَأنَّ الْقُرْآنَ وَالْسُّنَّةَ حَقٌّ.

طَبِيْعَةُ الْعَسَلِ: حَارٌّ وَجَافٌّ، فَعَلَيْنَا أنْ نَسْتَعْمِلَ مَعَ الْعَسَلِ شَيْئاً بَارِداً وَرَطَباً مِثْلَ الْمَاءِ وَ الْحَلِيْبِ؛ لِأنَّ الْنَّبِيَّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ يَسْتَعْمِلُ مَعَ الْشَّيءِ الْحَارِّ شَيْئاً بَارِداً وَمَعَ الْشَّيءِ الْجَافِّ شَيْئاً رَطَباً.

اَلْفَائِدَةُ: أيُّهَا الإخْوَةُ وَالأخَوَاتُ إنَّ الْعَسَلَ حَارٌّ وَجَافٌّ فَعَلَيْنَا أنْ نَسْتَعْمِلَ الْعَسَلَ دُوْنَ الإسْرَافِ فِيْهِ، وَعَلَيْنَا أنْ نَسْتَعْمِلَ كُلَّ يَوْمٍ مِلْعَقَتَيْنِ كَبِيْرَتَيْنِ وَلِلْصِّغَارِ مِلْعَقَتَيْنِ صَغِيْرَتَيْنِ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْعَسَلِ: **1**. اَلْعَسَلُ يُقَوِّي الْقَلْبَ وَالْدِّمَاغَ. **2**. اَلْعَسَلُ يُقَوِّي نِظَامَ الْهَضْمِ. **3**. اَلْعَسَلُ يُقَوِّي الْجِسْمَ وَيَزِيْدُ فِيْهِ الْحَرَارَةَ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **4**. اَلْعَسَلُ يُقَوِّي الأعْصَابَ. **5**. اَلْعَسَلُ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأكْلِ. **6**. اَلْعَسَلُ يُنَظِّفُ الْدَّمَ. **7**. اَلْعَسَلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضُعْفِ الْبَصَرِ. **8**. اَلْعَسَلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإمْسَاكِ. **9**. اَلْعَسَلُ يُزِيْلُ الْمُخَاطَ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **10**. اَلْعَسَلُ يُفِيْدُ فِي انْدِمَالِ الْجُرُوْحِ. **11**. اَلْعَسَلُ يُقَوِّي نِظَامَ الْتَّنَفُّسِ. **12**. اَلْعَسَلُ يُفِيْدُ فِي الْسُّعَالِ وَالْرُّبُوْءِ (دمہ) وَأمْرَاضِ الْصَّدْرِ. **13**. اَلْعَسَلُ مَعَ الْلَّبَنِ يُقَوِّي الْجِسْمَ. **14**. اَلْعَسَلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الأمْعَاءِ. **15**. اَلْعَسَلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَّرَطَانِ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **16**. اَلْعَسَلُ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْحَنْجَرَةِ. **17**. اَلْعَسَلُ يُزِيْلُ الْتَّعْبَ. **18**. اَلْعَسَلُ مَعَ الْلَّبَنِ يَزِيْدُ الْدَّمَ فِي الْجِسْمِ. **19**. اَلْعَسَلُ مَعَ الْقِرْفَةِ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْقَلْبِ. **20**. وَضْعُ الْعَسَلِ مَعَ الْقِرْفَةِ فِي الأسْنَانِ يُزِيْلُ ألَمَ الأسْنَانِ وَالْلِّثَةِ. **21**. عَلَى الْمُرْضِعَةِ لِلأطْفَالِ أنْ تُلْعِقَ الْطِّفْلَ الْصَّغِيْرَ الْعَسَلَ الْقَلِيْلَ قَبْلَ الإرْضَاعِ فِي بَعْضِ الأوْقَاتِ فَإنَّهُ يُقَوِّي الْجِسْمَ وَيُزِيْلُ غَازَاتِ الْبَطْنِ لِلْطِّفْلِ. **22**. اَلْعَسَلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَلِّ (ٹی بی). **23**. اَلْعَسَلُ يُفِيْدُ فِي الْسُّعَالِ الْجَافِّ (خشک کھانسی) إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **24**. اَلْعَسَلُ يُقَوِّي قُوَّةَ الْمُدَافَعَةِ لِلْجِسْمِ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **25**. اَلْعَسَلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْغَازَاتِ لِلْبَطْنِ. **26**. أكْلُ الْعَسَلِ يُزِيْلُ ضُعْفَ الْجِسْمِ سَرِيْعاً.

نِعْمَةُ الْلَّبَنِ وَالْحَلِيْبِ

عربی	ار		انگلش تلفظ

اَللَّبَنُ وَالْحَلِيْبُ	دودھ	Milk	مِلك

نِعْمَةُ اللَّبَنِ وَالْحَلِيْبِ: إنَّ اللَّبَنَ وَالْحَلِيْبَ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، قَالَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى: ﴿وإنَّ لَكُمْ فِي الأنْعَامِ لَعِبْرَةً، نُسْقِيْكُمْ مِمَّا فِي بُطُوْنِهِ مِنْ بَيْنِ فَرْثٍ وَدَمٍ لَبَناً خَالِصاً سَائِغاً لِلْشَّارِبِيْنَ﴾ (سورة النحل66)، وَكَانَ النَّبِيُّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يُحِبُّ اللَّبَنَ، وَهَذَا يَدُلُّ عَلَى أنَّهُ مُفِيْدٌ جِداً.

طَبِيْعَةُ اللَّبَنِ وَالْحَلِيْبِ: بَارِدٌ وَرَطَبٌ، فَعَلَيْنَا أنْ نَسْتَعْمِلَ مَعَ الْحَلْيبِ شَيْئاً حَاراً وَجَافاً مِثْلَ الْعَسَلِ وَالْكُرْكُمِ، أوْ نُسَخِّنُ الْحَلِيْبَ مَعَ الْقِرْفَةِ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ اللَّبَنِ وَالْحَلِيْبِ: 1. اَلْحَلِيْبُ يُقَوِّي الْقَلْبَ. 2. اَلْحَلِيْبُ يُقَوِّي الْدِّمَاغَ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 3. اَلْحَلِيْبُ مَمْلُوءٌ بِكَثِيْرٍ مِنَ الأنْوَاعِ لِلْفِيْتَامِيْنِ الَّتِي لَا بُدَّ مِنْهَا لِجِسْمِ الإنْسَانِ. 4. اَلْحَلِيْبُ يُقَوِّي نِظَامَ الْهَضْمِ. 5. اَلْحَلِيْبُ يُحْسِنُ الْجِلْدَ وَيَزِيْدُ حُسْنَ الْوَجْهِ. 6. اَلْحَلِيْبُ يُقَوِّي نِظَامَ الْسَّمَاعِ. 7. اَلْحَلِيْبُ يُقَوِّي الْبَصَرَ وَالنَّظَرَ. 8. اَلْحَلِيْبُ يُقَوِّي نِظَامَ الأعْصَابِ. 9. اَلْحَلِيْبُ يُوَفِّرُ الْجَصَّ الَّذِي مُفِيْدٌ جِداً لِنِظَامِ الْعَظْمِ وَالأسْنَانِ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 10. اَلْحَلِيْبُ مَمْلُوءٌ بِالْكَيْلَسُوْمِ الَّذِي هُوَ مُفِيْدٌ جِداً لِلْجِسْمِ. 11. اَلْحَلِيْبُ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْدِّمَاغِ. 12. اَلْحَلِيْبُ الْحَارُّ مَعَ الْعَسَلِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإمْسَاكِ. 13. اَلْحَلِيْبُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْحَكَّةِ. 14. اَلْحَلِيْبُ يُنَظِّمُ حَرَكَةَ الْقَلْبِ. 15. اَلْغَرْغَرَةُ بِالْحَلِيْبِ الطَّازِجِ غَيْرِ الْمَطْبُوْخِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ جُرُوْحِ الْفَمِ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 16. اَلْحَلِيْبُ مَعَ الْجِيْلَابِيِّ (جلیبی) يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْشَّقِيْقَةِ. 17. اَلْحَلِيْبُ مَعَ الْعَسَلِ أوِ الْسُّكَّرِ الْهِنْدِيِّ (گُڑ) يُقَوِّي الْجِسْمَ. 18. اَلْحَلِيْبُ مَعَ الْكُرْكُمِ يُفِيْدُ فِي انْدِمَالِ الْجُرْحِ وَفِي كَثِيْرٍ مِنَ الأمْرَاضِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 19. اَلْحَلِيْبُ مَعَ الْمَاءِ وَالْمِلْحِ الْقَلِيْلِ يُفِيْدُ فِي كَثِيْرٍ مِنَ الأمْرَاضِ مَثَلاً: لِحُرْقَةِ الْمَعِدَةِ وَالْبَوْلِ. 20. إذَا ضَعُفَ الْهَضْمُ لِأحَدٍ وَمَا وَافَقَهُ الْحَلِيْبُ لَهُ فَعَلَيهِ أنْ يُسَخِّنَ الْحَلِيْبَ مَعَ الْشَّمْرِ وَيَسْتَعْمِلُهُ.

اَلْفَائِدَةُ: إنَّ اللهَ تَبَارَكَ وَتَعَالَى إذَا بَيَّنَ شَيْئاً فِي الْقُرْآنِ الْكَرِيْمِ فِي مَقَامِ النِّعْمَةِ فَذَلِكَ الشَّيءُ يَكُوْنُ مَمْلُوءاً بِفَوَائِدَ كَثِيْرَةٍ إلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ وَلَا يُمْكِنُ لِأحَدٍ أنْ يُحَقِّقَ فِيْهِ أيَّ عَيْبٍ وَنُقْصَانٍ. فَالْحَلِيْبُ مَلِيءٌ بِكَثِيْرٍ مِنَ الْفَوَائِدِ وَخَاصَّةً حَلِيْبُ تِلْكَ الْحَيَوَانَاتِ الَّتِي تَأكُلُ أوْرَاقَ الأشْجَارِ لِلْغَابَاتِ وَالنَّبَاتَاتِ، وَعَلَيْنَا أيُّهَا الإخْوَةُ وَالأخَوَاتُ أنْ نَسْتَعْمِلَ اللَّبَنَ وَالْحَلِيْبَ وَنُكْرِمَ الضُّيُوْفَ بِهِ بَدَلاً مِنَ الشَّايِ؛ لأنَّ الشَّايَ فِيْهِ مَضَارٌّ كَثِيْرَةٌ.

نِعْمَةُ اللَّبَنِ الرَّائِبِ

عربی	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَللَّبَنُ الرَّائَبِ	دہی	Yogurt	یوگرٹ

نِعْمَةُ اللَّبَنِ الرَّائِبِ: إنَّ اللَّبَنَ الرَّائِبَ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى وَيَدُلُّ عَلَى عَظْمَتِهِ وَقُدْرَتِهِ.

طَبِيْعَةُ اللَّبَنِ الرَّائِبِ: بَارِدٌ وَرَطْبٌ فَعَلَيْنَا أنْ نَسْتَعْمِلَ مَعَ اللَّبَنِ الرَّائِبِ شَيْئاً حَاراً وَ جَافاً فِي ضَوْءِ الطِّبِّ النَّبَوِيِّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مِثْلَ الْفِلْفِلِ الأسْوَدِ وَالْعَسَلِ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ اللَّبَنِ الرَّائِبِ: 1. اَللَّبَنُ الرَّائِبُ يُقَوِّي الْقَلْبَ. 2. اَللَّبَنُ الرَّائِبُ يُقَوِّي نِظَامَ الْهَضْمِ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 3. اَللَّبَنُ الرَّائِبُ يُقَوِّي نِظَامَ الأعْصَابِ. 4. اَللَّبَنُ الرَّائِبُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإمْسَاكِ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 5. اَللَّبَنُ الرَّائِبُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الأمْعَاءِ. 6. اَللَّبَنُ الرَّائِبُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْبَوَاسِيْرِ. 7. اَللَّبَنُ الرَّائِبُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الشَّيْخُوْخَةِ قَبْلَ أوَانِهِ. 8. اَللَّبَنُ الرَّائِبُ يُقَوِّي اللِّثَّةَ. 9. اَللَّبَنُ الرَّائِبُ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْبَصَرِ. 10. اَللَّبَنُ الرَّائِبُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ السُّعَالِ الْجَافِّ. 11. اَللَّبَنُ الرَّائِبُ يُقَلِّلُ أمْرَاضَ الْجِلْدِ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 12. اَللَّبَنُ الرَّائِبُ يُزِيْلُ جَفَافَ الْفَمِ. 13. اَللَّبَنُ الرَّائِبُ يُزِيْلُ الْحَرَارَةَ الزَّائِدَةَ لِلْكَبِدِ وَالْمَثَانَةِ. 14. اَللَّبَنُ الرَّائِبُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الأرَقِ. 15. اَللَّبَنُ الرَّائِبُ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْمَعِدَةِ. 16.

اَللَّبَنُ الرَّائِبُ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْكَبِدِ وَضُعْفِ الْكَبِدِ وَمَرَضِ الْيَرْقَانِ. 17. اَللَّبَنُ الرَّائِبُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ كَثْرَةِ الاحْتِلَامِ. 18. اَللَّبَنُ الرَّائِبُ يُقَلِّلُ الْكُوْلِيْسْتَرُوْلَ الزَّائِدَ فِي الْجِسْمِ. 19. اَللَّبَنُ الرَّائِبُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الدَّمِ. 20. اَللَّبَنُ الرَّائِبُ مَعَ الْخِضَابِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ جَفَافِ الرَّأسِ وَقِشْرَتِهِ. 21. اَللَّبَنُ الرَّائِبُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ سُوْءِ الْهَضْمِ وَالإسْهَالِ. 22. اَللَّبَنُ الرَّائِبُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْجَرَيَانِ.

نِعْمَةُ الزُّبْدَةِ

عربي	ار	ل	انگلش تلفظ
اَلزُّبْدَةُ	مکھن	Butter	بَٹر

نِعْمَةُ الزُّبْدَةِ: إنَّ الزُّبْدَةَ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى وَيَدُلُّ عَلَى عَظْمَتِهِ وَقُدْرَتِهِ.

طَبِيْعَةُ الزُّبْدَةِ: حَارٌّ وَرَطَبٌ.

فَوَائِدُ الزُّبْدَةِ: 1. اَلزُّبْدَةُ تُقَوِّي نِظَامَ الأعْصَابِ. 2. اَلزُّبْدَةُ تُقَوِّي الدِّمَاغَ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 3. اَلزُّبْدَةُ تُقَوِّي الْجِسْمَ وَتُوَفِّرُ الطَّاقَةَ لِلْجِسْمِ. 4. اَلزُّبْدَةُ تُقَوِّي نِظَامَ الْهَضْمِ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 5. اَلزُّبْدَةُ تُخْرِجُ الْمَوَادَ الْمَسْمُوْمَةَ مِنَ الْجِسْمِ. 6. اَلزُّبْدَةُ تُزِيْلُ جَفَافَ الْجِسْمِ. 7. اَلزُّبْدَةُ مَعَ الْعَسَلِ تُفِيْدُ فِي خُرُوْجِ الأسْنَانِ لِلْصِّغَارِ. 8. اَلزُّبْدَةُ تُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الرِّئَةِ. 9. اَلزُّبْدَةُ تُفِيْدُ فِي انْدِمَالِ الْجُرُوْحِ الْمُحْتَرَقَةِ مِثْلَ الْمَرْهَمِ. 10. اَلدَّلْكُ بِالزُّبْدَةِ تُزِيْلُ حَرَارَةَ الأيْدِي وَالأَرْجُلِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 11. اَلزُّبْدَةُ تُقَوِّي الْبَصَرَ وَالنَّظَرَ. 12. اَلزُّبْدَةُ تُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْبَطْنِ وَتُزِيْلُ أَلَمَهُ. 13. اَلزُّبْدَةُ تُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الأمْعَاءِ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 14. اَلزُّبْدَةُ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ سَرَطَانِ الصَّدْرِ. 15. اَلزُّبْدَةُ تُقَوِّي عَمَلِيَّةَ الْمَعِدَةَ. 16. اَلزُّبْدَةُ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الدَّمِ. 17. اَلزُّبْدَةُ تُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْحَنْجَرَةِ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 18. اَلزُّبْدَةُ تُقَلِّلُ الْجُلُوكُوزَ الزَّائِدَ فِي الْجِسْمِ.

مَضَارُ الإِسْرَافِ فِي الزُّبْدَةِ: 1. اَلإِسْرَافُ فِي الزُّبْدَةِ يَكُوْنُ سَبَباَ لِمَرَضِ ضَغْطِ الْدَّمِ. 2. اَلإِسْرَافُ فِي الزُّبْدَةِ يَكُوْنُ سَبَباَ لِزِيَادَةِ الْكُولِيْسَتَرُوْلِ فِي الْجِسْمِ. 3. اَلإِسْرَافُ فِي الزُّبْدَةِ يَكُوْنُ سَبَباَ لِضُعْفِ الْهَضْمِ.

اَلْفَائِدَةُ: أَحْسَنُ الزُّبْدَةِ وَأَجْوَدُهَا هِيَ زُبْدَةُ الْبَقَرَةِ، وَزُبْدَةُ الْجَامُوْسِ تَكُوْنُ كَثِيْفَةً وَثَقِيْلَةً.

نِعْمَةُ السَّمَنِ الْبَلَدِيِّ

عربی	ار	[illegible]	انگلش تلفظ
اَلسَّمَنَ الْبَلَدِيُّ	دیسی گھی	Pure Ghee	پیور گھی

نِعْمَةُ السَّمَنِ الْبَلَدِيِّ: إِنَّ السَّمَنَ الْبَلَدِيَّ نِعْمَةُ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى وَيَدُلُّ عَلَى عَظْمَتِهِ وَقُدْرَتِهِ.

طَبِيْعَةُ السَّمَنِ الْبَلَدِيِّ: حَارٌّ وَرَطَبٌ.

فَوَائِدُ السَّمَنِ الْبَلَدِيِّ: 1. اَلسَّمَنُ الْبَلَدِيُّ يُقَوِّي الْجِسْمَ، وَيُوَفِّرُ الطَّاقَةَ لِلْجِسْمِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. اَلسَّمَنُ الْبَلَدِيُّ يُقَوِّي نِظَامَ الأَعْصَابِ. 3. اَلسَّمَنُ الْبَلَدِيُّ يُقَوِّي الْدِّمَاغَ. 4. اَلسَّمَنُ الْبَلَدِيُّ يُقَوِّي نِظَامَ الْهَضْمِ إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 5. اَلسَّمَنُ الْبَلَدِيُّ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإِمْسَاكِ. 6. اَلسَّمَنُ الْبَلَدِيُّ يُزِيْلُ جَفَافَ الْجِسْمِ. 7. اَلسَّمَنُ الْبَلَدِيُّ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسُّعَالِ الْجَافِّ إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 8. اَلسَّمَنُ الْبَلَدِيُّ يُقَوِّي عَمَلِيَّةَ الْمَعِدَةَ وَيُزِيْلَ أَلَمَهَا. 9. اَلسَّمَنُ الْبَلَدِيُّ يُقَوِّي الْعَقْلَ وَالْفَهْمَ. 10. اَلسَّمَنُ الْبَلَدِيُّ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْغَازَاتِ لِلْبَطْنِ. 11. اَلسَّمَنُ الْبَلَدِيُّ يُلَيِّنُ جِلْدَ الإِنْسَانِ. 12. اَلسَّمَنُ الْبَلَدِيُّ يُزِيْلُ الْقُرُوْحَ وَالْدُّمَلَ مِنَ الْوِجْهِ وَيُحْسِنُ لَوْنَ الْوَجْهِ. 13. اَلسَّمَنُ الْبَلَدِيُّ مُدِرٌّ لِلْبَوْلِ إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 14. اَلسَّمَنُ الْبَلِدِيُّ لَا يَكُوْنُ سَبَبًا لِزِيَادَةِ الشَّحْمِ فِي الْجِسْمِ. 15. اَلسَّمَنُ الْبَلَدِيُّ يُفِيْدُ فِي صِحَّةِ الْعَيْنِ. 16. اَلسَّمَنُ الْبَلَدِيُّ لَا يَكُوْنُ سَبَبًا لِمَرَضِ ضَغْطِ الْدَّمِ، وَالْسَّمَنُ الْمَصْنُوْعِيُّ يَكُوْنُ سَبَبًا لِضِغْطِ الْدَّمِ. 17. اَلسَّمَنُ الْبَلَدِيُّ يُفِيْدُ فِي أَمْرَاضِ الْقَلْبِ إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ

وَتَعَالَى. **18**. اَلْسَّمَنُ الْبَلَدِيُّ يُقَوِّي الْعِظَامَ. **19**. اَلْسَّمَنُ الْبَلَدِيُّ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ آلَامِ الْمَفَاصِلِ. **20**. اَلْسَّمَنُ الْبَلَدِيُّ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأَكْلِ. **21**. اَلْسَّمَنُ الْبَلَدِيُّ يُفِيْدُ فِي أَمْرَاضِ الْكَبِدِ. **22**. اَلْسَّمَنُ الْبَلَدِيُّ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَّرَطَانِ. **23**. اَلْسَّمَنُ الْبَلَدِيُّ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ اِلْتِهَابِ الْجِسْمِ. **24**. اَلْسَّمَنُ الْبَلَدِيُّ يُنَظِّفُ الْدَّمَ. **25**. اَلْسَّمَنُ الْبَلَدِيُّ يُزِيْلُ جَفَافَ الْجِسْمِ. **26**. اَلْسَّمَنُ الْبَلَدِيُّ يُفِيْدُ فِي انْدِمَالِ الْجُرُوْحِ.

نِعْمَةُ الْمِلْحِ

عربي	ار	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْمِلْحُ	نمک	Salt	سالٹ

نِعْمَةُ الْمِلْحِ: إنَّ الْمِلْحَ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَيَدُلُّ عَلَى عَظَمَتِهِ وَقُدْرَتِهِ.

طَبِيْعَةُ الْمِلْحِ: حَارٌّ وَجَافٌّ، فَعَلَيْنَا أنْ نَسْتَعْمِلَ مَعَ الْمِلْحِ شَيْئاً بَارِداً وَرَطَباً لِيَعْتَدِلَ طَبِيْعَتُهُ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْمِلْحِ: **1**. اَلْمِلْحُ يُقَوِّي نِظَامَ الانْهِضَامِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **2**. اَلْمِلْحُ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الْطَّعَامِ. **3**. اَلْمِلْحُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْغَازِ لِلْبَطَنِ. **4**. اَلْمِلْحُ يُفِيْدُ فِي أَلَمِ الْبَطَنِ. **5**. اَلْمِلْحُ يُفِيْدُ فِي قَتْلِ دِيْدَانِ الْبَطَنِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **6**. اَلْمِلْحُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْقَيْءِ. **7**. اَلْمِلْحُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْشَّقِيْقَةِ. **8**. اَلْمِلْحُ يُفِيْدُ فِي أَمْرَاضِ الْحَنْجَرَةِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **9**. اَلْمِلْحُ يُحَسِّنُ الْصَّوْتَ. **10**. اَلْمِلْحُ مَعَ الْمَاءِ يُزِيْلُ أَثَرَ سَمِّ الْزَّنْبُوْرِ أَوِ الْنَّحْلِ. **11**. اَلْمِلْحُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإِمْسَاكِ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **12**. اَلْمِلْحُ يُفِيْدُ فِي أَمْرَاضِ الْجِلْدِ.

مَضَارُّ الإِسْرَافِ فِي الْمِلْحِ: اَلإِسْرَافُ فِي الْمِلْحِ يَضُرُّ الْعِظَامَ وَيُسَبِّبُ هَشَاشَةَ الْعِظَامِ الَّذِي هُوَ مَرَضٌ الْعِظَامِ. وَكَذَلِكَ الإِسْرَافُ فِي الْمِلْحِ يُسَبِّبُ اِرْتِفَاعَ ضَغطِ الْدَّمِ الَّذِي يَكُوْنُ سَبَباً لِأَمْرَاضِ الْقَلْبِ.

نِعْمَةُ الْقِرْفَةِ

عربی	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْقِرْفَةُ	دار چینی	Cinnamon	سِنامَن

نِعْمَةُ الْقِرْفَةِ: إنَّ الْقِرْفَةَ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَيَدُلُّ عَلَى عَظَمَتِهِ وَقُدْرَتِهِ.

طَبِيْعَةُ الْقِرْفَةِ: حَارٌّ وَجَافٌّ، فَعَلَيْنَا أنْ نَسْتَعْمِلَ مَعَ الْقِرفة شَيْئاً بَارِداً وَرَطَباً كَمَا أنَّ النَّبيَّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ يَسْتَعْمِلُ مَعَ الشَّيءِ الْحَارِ شَيئًا بَارِداً وَمَعَ الشَّيءِ الْجَافِ شَيئاً رَطَباً.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْقِرْفَةِ: 1. اَلْقِرْفَةُ تُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْقَلْبِ. 2. اَلْقِرْفَةُ تُنَشِّطُ نِظَامَ الْقَلْبِ. 3. اَلْقِرْفَةُ تُفِيْدُ فِي هَضْمِ الطَّعَامِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 4. اَلْقِرْفَةُ تَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأكْلِ. 5. اَلْقِرْفَةُ تُفِيْد فِي مَرَضِ الْغَازَاتِ لِلْبَطْنِ. 6. اَلْقِرْفَةُ تُفِيْدُ فِي قَتْلِ دِيْدَانِ الْبَطْنِ. 7. اَلْقِرْفَةُ تُفِيْدُ فِي تَنْظِيْمِ جِهَازِ الْكَبِدِ. 8. اَلْقِرْفَةُ تُفِيْدُ فِي إزَالَةِ الْمُخَاطِ. 9. اَلْقِرْفَةُ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسِلِّ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 10. اَلْقِرْفَةُ تُفِيْدُ فِي تَنْشِيْطِ الْجِسْمِ. 11. اَلْقِرْفَةُ تُفِيْدُ فِي تَنْظِيْفِ الْدَّمِ. 12. اَلْقِرْفَةُ تَزِيْدُ الْخَلَايَا الْبَيْضَاءِ فِي الْدَّمِ. 13. اَلْقِرْفَةُ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْصُّدَاعِ. 14. اَلْقِرْفَةُ تُفِيْدُ فِي تَنْظِيْفِ الْجُرُوْحِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 15. اَلْقِرْفَةُ تُفِيْدُ فِي انْدِمَالِ الْجُرْحِ. 16. اَلْقِرْفَةُ تُزِيْلُ أَلَمَ الْجِسْمِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

زَيْتُ الْقِرْفَةِ

اَلْفَوَائِدُ: 1. زَيْتُ الْقِرْفَةِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْرَّبُو، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتعالَى. 2. زَيْتُ الْقِرْفَةِ يُفِيْدُ فِي الْسُّعَالِ. 3. اِسْتِعْمَالُ زَيْتِ الْقِرْفَةِ مَعَ الْعَسَلِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْنَّزْلَةِ الْمُزْمِنَةِ. 4. زَيْتُ الْقِرْفَةِ يُقَوّي الْحَافِظَةَ. 5. زَيْتُ الْقِرْفَةِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ مَلَارِيَا، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعالَى. 6. زَيْتُ الْقِرْفَةِ يُفِيْدُ فِي الْحُمَّى الْوَافِدَةِ. 7. وَضْعُ زَيْتِ الْقِرْفَةِ فِي الْسِّنّ وَاللّثَّةِ يُزِيْلُ أَلَمَهُمَا. 8. زَيْتُ الْقِرْفَةِ فِي صُوْرَةِ الْتَّدْهِيْنِ بِهِ يُسَكِّنُ آلَامَ الْمَفَاصِلِ، وَالأعْصَابِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتعالَى.

مَضَارُّ الإِسْرَافِ فِي الْقِرْفَةِ: 1. اَلإِسْرَافُ فِي الْقِرْفَةِ يَكُوْنُ سَبَباً لِفَسَادِ عَمَلِيَّةِ الْكِلْيَةِ. 2. اَلإِسْرَافُ فِي الْقِرْفَةِ يَكُوْنُ سَبَباً لِارْتِفَاعِ ضَغْطِ الْدَّمِ. 3. اَلإِسْرَافُ فِي الْقِرْفَةِ يَكُوْنُ سَبَباً لِزِيَادَةِ الْسُّكَرِ فِي الْدَّمِ.

نِعْمَةُ الْهِيْلِ الأَسْوَدِ

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْهِيْلُ الْأَسْوَدُ	کالی الائچی	Black Cardamom	بلیک کارڈامم

نِعْمَةُ الْهِيْلِ الْأَسْوَدِ: إِنَّ الْهِيْلَ الأَسْوَدَ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَيَدُلُّ عَلَى عَظَمَتِهِ وَقُدْرَتِهِ.

طَبِيْعَةُ الْهِيْلِ الْأَسْوَدِ: حَارٌّ وَجَافٌّ، فَعَلَيْنَا أَنْ نَسْتَعْمِلَ مَعَ الْهِيْلِ الأَسْود شَيْئاً بَارِداً وَرَطَباً.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْهِيْلِ الْأَسْوَدِ: **1**. اَلْهِيْلُ الأَسْوَدُ يُقَوِّي نِظَامَ الْقَلْبِ. **2**. اَلْهِيْلُ الأَسْوَدُ يُفِيْدُ فِي هَضْمِ الْطَّعَامِ. **3**. اَلْهِيْلُ الأَسْوَدُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْغَازَاتِ لِلْبَطْنِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **4**. اَلْهِيْلُ الأَسْوَدُ يُفِيْدُ فِي إِخْرَاجِ الْمُخَاطِ. **5**. اَلْهِيْلُ الأَسْوَدُ مُدِرٌّ لِلْبَوْلِ (**پیشاب آور**). **6**. اَلْهِيْلُ الأَسْوَدُ يُزِيْلُ الْرَّائِحَةَ الْكَرِيْهَةَ لِلْفَمِ. **7**. اَلْهِيْلُ الأَسْوَدُ يُزِيْلُ آلَامَ الْجِسْمِ. **8**. اَلْهِيْلُ الأَسْوَدُ يُفِيْدُ فِي أَمْرَاضِ الْجِلْدِ. **9**. اَلْهِيْلُ الأَسْوَدُ يُفِيْدُ فِي انْدِمَالِ الْجُرُوْحِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. **10**. اَلْهِيْلُ الأَسْوَدُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْحُمَّى. **11**. اَلْهِيْلُ الأَسْوَدُ يُسَخِّنُ الْجِسْمَ وَيُزِيْلُ الْبُرُوْدَةَ لِلْجِسْمِ. **12**. اَلْهِيْلُ الأَسْوَدُ يُزِيْلُ أَثَرَ الْسَّمِّ مِنَ الْجِسْمِ. **13**. اَلْهِيْلُ الأَسْوَدُ يَعْمَلُ مِثْلَ الْهِيْلِ الأَخْضَرِ فَإِذَا لَمْ يُوْجَدِ الْهِيْلُ الأَخْضَرُ فَلَنَا أَنْ نَسْتَعْمِلَ الْهِيْلَ الأَسْوَدَ مَكَانَهُ.

زَيْتُ الْهِيْلِ الْأَسْوَدِ

اَلْفَوَائِدُ: **1**. زَيْتُ الْهِيْلِ الْكَبِيْرِ يُقَوِّي الْقَلْبَ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتعَالَى. **2**. زَيْتُ الْهِيْلِ الْكَبِيْرِ يُفِيْدُ فِي الْتُّخْمَةِ. **3**. زَيْتُ الْهِيْلِ الْكَبِيْرِ يُزِيْلُ أَلَمَ الْبَطْنِ. **4**. زَيْتُ الْهِيْلِ الْكَبِيْرِ يُزِيْلُ الْغَازَ مِنَ الْبَطْنِ. **5**. زَيْتُ الْهِيْلِ الْكَبِيْرِ إِذَا شَمِمْتَ فَيُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْصُّدَاعِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتعالَى.

اَلْكَمِيَّةُ الْمُسْتَعْمَلَةُ لِلْهِيْلِ الأَسْوَدِ : يُسْتَعْمَلُ الْهِيْلُ الْكَبِيْرُ مِنْ نِصْفِ غَرَامٍ إِلَى غَرَامٍ وَاحِدٍ.

نِعْمَةُ الْهِيْلِ الأَخْضَرِ

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْهِيْلُ الْأَخْضَرُ	سبز الائچی	**Green Cardamom**	گرین کارڈامم

نِعْمَةُ الْهِيْلِ الْأَخْضَرِ: إِنَّ الْهِيْلَ الأَخْضَرَ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَيَدُلُّ عَلَى عَظَمَتِهِ وَقُدْرَتِهِ.

طَبِيْعَةُ الْهِيْلِ الْأَخْضَرِ: حَارٌّ وَجَافٌّ، فعَلَيْنَا أنْ نَسْتَعْمِلَ مَعَ الْهِيْلِ الأَخْضَرِ شَيْئاً بَارِداً وَرَطَباً.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْهِيْلِ الأَخْضَرِ: 1. اَلْهِيْلُ الأَخْضَرُ ذُو رَائِحَةٍ طَيِّبَةٍ وَيُقَوِّي الْقَلْبَ. 2. اَلْهِيْلُ الأَخْضَرُ يُفِيْدُ فِي هَضْمِ الطَّعَامِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 3. اَلْهِيْلُ الأَخْضَرُ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأَكْلِ. 4. اَلْهِيْلُ الأَخْضَرُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْغَازَاتِ لِلْبَطْنِ. 5. اَلْهِيْلُ الأَخْضَرُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْأَعْصَابِ. 6. اَلْهِيْلُ الأَخْضَرُ يُزِيْلُ الْمُخَاطَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 7. اَلْهِيْلُ الأَخْضَرُ يُقَلِّلُ الْكُوْلِيْسْتَرُوْلِ الزَّائِدَ فِي الْجِسْمِ. 8. اَلْهِيْلُ الأَخْضَرُ يَزِيْدُ الْقُوَّةَ الْجِنْسِيَّةَ. 9. اَلْهِيْلُ الأَخْضَرُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإِمْسَاكِ. 10. اَلْهِيْلُ الأَخْضَرِ مُدِرٌّ لِلْبَوْلِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 11. اَلْهِيْلُ الأَخْضَرِ يُفِيْدُ مَرَضِ الْحُمَّى.

مَضَارُّ الإِسْرَافِ فِي الْهِيْلِ الأَخْضَرِ: 1. اَلإِسْرَافُ فِي الْهِيْلِ الأَخْضَرِ تُحْدِثُ الْمَشَاكِلَ فِي الرَّضَاعَةِ الطَّبِيْعِيَّةِ عِنْدَ الْمَرْأَةِ وَذَلِكَ يَضُرُّ بِصِحَّةِ الطِّفْلِ.2. اَلإِسْرَافُ فِي الْهِيْلِ الْأَخْضَرِ يَزِيْدُ حُمُوْضَةَ (سوزش) الْمَعِدَةِ. 3. اَلإِسْرَافُ فِي الْهِيْلِ الأَخْضَرِ يُسَبِّبُ الْوَرَمَ فِي الْجِلْدِ. 4. اَلإِسْرَافُ فِي الْهِيْلِ الأَخْضَرِ تُحْدِثُ الْمَشَاكِلَ فِي الْجِهَازِ التَّنَفُّسِيِّ.

نِعْمَةُ الْحَبَّةِ السَّوْدَاء

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْحَبَّةُ السَّوْدَاءُ	کلونجی	**Black Cumin**	بلیک کیومن

نِعْمَةُ الْحَبَّةِ السَّوْدَاءِ: إنَّ الْحَبَّةَ السَّوْدَاءَ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَمَمْلُوءٌ بِفَوَائِدَ كَثِيْرَةٍ.

طَبِيْعَةُ الْحَبَّةِ السَّوْدَاءِ: حَارٌّ وَجَافٌّ، فَعَلَيْنَا أَنْ نَسْتَعْمِلَ مَعَ الْحَبَّةِ السَّوْدَاءِ شَيْئاً بَارِداً وَرَطَباً، مِثل الماء أو اللبن.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْحَبَّةِ السَّوْدَاءِ: 1. قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: "إِنَّ فِي الْحَبَّةِ السَّوْدَاءِ شِفَاءً مِنْ كُلِّ دَاءٍ إِلَّا السَّامَّ" وَالسَّامُّ: اَلْمَوْتُ. 2. اَلْحَبَّةُ السَّوْدَاءُ تُفِيْدُ فِي هَضْمِ الطَّعَامِ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 3. اَلْحَبَّةُ السَّوْدَاءُ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْغَازَاتِ لِلْبَطَنِ. 4. اَلْحَبَّةُ السَّوْدَاءُ تُفِيْدُ فِي قَتْلِ دِيْدَانِ الْبَطَنِ. 5. اَلْحَبَّةُ السَّوْدَاءُ تُزِيْلُ الرَّائِحَةَ الْكَرِيْهَةَ لِلْفَمِ. 6. اَلْحَبَّةُ السَّوْدَاءُ تُزِيْلُ الْمُخَاطَ. 7. اَلْحَبَّةُ السَّوْدَاءُ تُقَوِّي الأعْصَابَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 8. اَلْحَبَّةُ السَّوْدَاءُ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ آلَامِ الْجِسْمِ. 9. اَلْحَبَّةُ السَّوْدَاءُ تُفِيْدُ فِي كَثِيْرٍ مِنَ الأَمْرَاضِ النِّسَوِيَّةِ. 10. اَلْحَبَّةُ السَّوْدَاءُ مُدِرٌّ لِلْبَوْلِ. 11. اَلْحَبَّةُ السَّوْدَاءُ تُسَبِّبُ الْعِرْقَ. 12. اَلْحَبَّةُ السَّوْدَاءُ تُفِيْدُ فِي إِزَالَةِ الْحُمَّى وَالْبُرُوْدَةِ. 13. اَلْحَبَّةُ السَّوْدَاءُ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْالْتِهَابِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 14. اَلْحَبَّةُ السَّوْدَاءُ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ تَسَاقُطِ الشَّعْرِ. 15. اَلْحَبَّةُ السَّوْدَاءُ تُقَوِّي الذَّاكِرَةَ.

زَيْتُ الْحَبَّةِ السَّوْدَاءِ

اَلْفَوَائِدُ: 1. زَيْتُ الْحَبَّةِ السَّوْدَاءِ يُفِيْدُ فِي أَمْرَاضِ الْقَلْبِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعالَى. 2. زَيْتُ الْحَبَّةِ السَّوْدَاءِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الدَّمِ. 3. زَيْتُ الْحَبَّةِ السَّوْدَاءِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْبَوَاسِيْرِ. 4. زَيْتُ الْحَبَّةِ السَّوْدَاءِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الرَّبْوِ. 5. زَيْتُ الْحَبَّةِ السَّوْدَاءِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ حِصَى الْكِلْيَةِ. 6. زَيْتُ الْحَبَّةِ السَّوْدَاءِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإمْسَاكِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعالَى. 7. زَيْتُ الْحَبَّةِ السَّوْدَاءِ يُفِيْدُ فِي أَمْرَاضِ الْجِلْدِ. 8. وَضْعُ زَيْتِ الْحَبَّةِ السَّوْدَاءِ عَلَى الأسْنَانِ وَالأُذُنِ

يُسَكِّنُ آلَامَهُمَا. 9. زَيْتُ الْحَبَّةِ الْسَّوْدَاءِ يُقَوِّي الْكَبِدَ. 10. زَيْتُ الْحَبَّةِ الْسَّوْدَاءِ يُزِيْلُ الْغَازَاتِ لِلْبَطْنِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعالَى. 11. اَلتَّدْهِيْنُ بِزَيْتِ الْحَبَّةِ الْسَّوْدَاءِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ تَسَاقُطِ الْشَّعْرِ وَقِشْرَةِ الْرَّأْسِ. 12. زَيْتُ الْحَبَّةِ الْسَّوْدَاءِ مَعَ الْمَاءِ أوِالْلَّبَنِ يُفِيْدُ فِي كَثِيْرٍ مِنَ الأمْرَاضِ وَيُقَوِّي الْجِسْمَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعالَى.

اَلْكَمِيَّةُ الْمُسْتَعْمَلَةُ لِلْحَبَّةِ الْسَّوْدَاءِ : يُسْتَعْمَلُ الْحَبَّةُ الْسَّوْدَاءُ مِنْ خَمْسٍ إلَى سَبْعِ حَبَّاتٍ صَبَاحاً وَمَسَاءً.

مَضَارُّ الإِسْرَافِ فِي الْحَبَّةِ الْسَّوْدَاءِ: 1. اَلإِسْرَافُ فِي الْحَبَّةِ الْسَّوْدَاءِ أثْنَاءَ الْحَمْلِ تُسَبِّبُ الأمْرَاضَ. 2. اَلإِسْرَافُ فِي الْحَبَّةِ الْسَّوْدَاءِ يَكُوْنُ سَبَباً لِقِلَّةِ الْسُّكَرِ فِي الْدَّمِ. 3. اَلإِسْرَافُ فِي الْحَبَّةِ الْسَّوْدَاءِ يَكُوْنُ سَبَباً لِانْخِفَاضِ ضَغْطِ الْدَّمِ.

نِعْمَةُ الْقَرَنْفُلِ

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْقَرَنْفُلُ	لونگ	**Cloves**	کلوز

نِعْمَةُ الْقَرَنْفُلِ: إنَّ الْقَرَنْفُلَ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَيَدُلُّ عَلَى عَظَمَتِهِ وَقُدْرَتِهِ.

طَبِيْعَةُ الْقَرَنْفُلِ: حَارٌّ وَجَافٌّ، فَعَلَيْنَا أنْ نَسْتَعْمِلَ مَعَ الْقَرَنْفُلِ شَيْئاً بَارِداً وَرَطَباً.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْقَرَنْفُلِ:1. اَلْقَرَنْفُلُ يُقَوِّي الْقَلْبِ. 2. اَلْقَرَنْفُلُ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأكْلِ.3. اَلْقَرَنْفُلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْغَازَاتِ لِلْبَطْنِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 4. اَلْقَرَنْفُلُ يُزِيْلَ ألَمَ الْبَطْنِ. 5. اَلْقَرَنْفُلُ يُفِيْدُ فِي قَتْلِ دِيْدَانِ الْبَطَنِ. 6. وَضْع اَلْقَرَنْفُلِ على السن يُزِيْلُ ألم الأسْنَانِ. 7. اَلْقَرَنْفُلُ يُفِيْدُ

فِي إمْسَاكِ الْقَيْءِ. 8. اَلْقَرَنْفُلُ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْجِلْدِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 9. اَلْقَرَنْفُلُ يُنَشِّطُ الْكَبِدَ. 10. اَلْقَرَنْفُلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ كَثْرَةِ الْمُخَاطِ. 11. اَلْقَرَنْفُلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْحُمَّى. 12. اَلْقَرَنْفُلُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسُّعَالِ. 13. اَلْقَرَنْفُلُ يَزِيْدُ الْخَلَايَا الْبَيْضَاءَ فِي الْدَّمِ. 14. اَلْقَرَنْفُلُ يُفِيْدُ فِي هَضْمِ الْطَّعَامِ وَيُقَوِّي نِظَامَ الْهَضْمِ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

زَيْتُ الْقَرَنْفُلِ

اَلْفَوَائِدُ: 1. زَيْتُ الْقَرَنْفُلِ يُقَوِّي الأسْنَانَ وَالْلِّثَّةَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعالَى. 2. زَيْتُ الْقَرَنْفُلِ يُفِيْدُ فِي آلَامِ الْمَفَاصِلِ وَالأعْصَابِ وَالْظَّهْرِ وَالْعِظَامِ. 3. زَيْتُ الْقَرَنْفُلِ يُفِيْدُ فِي الْصُّدَاعِ. 4. زَيْتُ الْقَرَنْفُلِ يُفِيْدُ فِي الْحُمَّى وَمَلَارِيَا، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعالَى.

اَلْكَمِيَّةُ الْمُسْتَعْمَلَةُ لِلْقَرَنْفُلِ: يُسْتَعْمَلُ الْقَرَنْفُلُ مِنْ غَرَامٍ وَاحِدٍ إلَى ثَلَاثَةِ غَرَامَاتٍ، أوْ مِنْ حَبَّةٍ وَاحِدَةٍ إلَى ثَلَاثِ حَبَّاتٍ.

نِعْمَةُ الْكَرْفُسِ

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْكَرْفُسُ	اجوائن	Celery	سیلیری

نِعْمَةُ الْكَرْفُسِ: إنَّ الْكَرْفُسَ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَيَدُلُّ عَلَى عَظَمَتِهِ وَقُدْرَتِهِ.

طَبِيْعَةُ الْكَرْفُسِ: حَارٌّ وَجَافٌّ، فَعَلَيْنَا أنْ نَسْتَعْمِلَ مَعَ الْكَرْفُسِ شَيْئاً بَارِداً وَرَطَباً.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْكَرْفُسِ:1. اَلْكَرْفُسُ يُنَشِّطُ نِظَامَ الْقَلْبِ. 2. اَلْكَرْفُسُ يُقَلِّلُ الْمُخَاطَ الْمُجْتَمِعَةَ عَلَى الْصَّدْرِ. 3. اَلْكَرْفُسُ يُفِيْدُ فِي هَضْمِ الْطَّعَامِ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 4. اَلْكَرْفُسُ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأكْلِ. 5. اَلْكَرْفُسُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْغَازَاتِ لِلْبَطْنِ. 6. اَلْكَرْفُسُ يُفِيْدُ فِي قَتْلِ دِيْدَانِ الْبَطْنِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 7. اَلْكَرْفُسُ يُزِيْلُ ألَمَ الْبَطْنِ. 8. اَلْكَرْفُسُ يُفِيْدُ فِي إخْرَاجِ الْمُخَاطِ.

9. اَلْكُرْفُسُ يُزِيْلُ الرَّائِحَةَ الْكَرِيْهَةَ لِلْفَمِ. 10. اَلْكُرْفُسُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإمْسَاكِ وَالإسْهَالِ. 11. اَلْكُرْفُسُ مُدِرٌّ لِلْبَوْلِ. 12. اَلْكُرْفُسُ يُفِيْدُ فِي كَسْرِ الْحَصَى. 13. اَلْكُرْفُسُ يُفِيْدُ فِي قَتْلِ الْجُرْثُوْمَةِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 14. اَلْكُرْفُسُ مُدِرٌّ لِلْعِرْقِ. 15. اَلْكُرْفُسُ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْجِلْدِ. 16. اَلْكُرْفُسُ يُفِيْدُ فِي إزَالَةِ الْحُمَّى.

زَيْتُ الْكُرْفُسِ

اَلْفَوَائِدُ: 1. أكْلُ زَيْتِ الْكُرْفُسِ يُفِيْدُ فِي الْسُّعَالِ الْدِّيْكِيِّ (کالی کھانسی). 2. زَيْتُ الْكُرْفُسِ يُفِيْدُ فِي الْنَّزْلَةِ وَالْزُّكَامِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعالَى. 3. زَيْتُ الْكُرْفُسِ يُخْرِجُ الْمُخَاطَ. 4. زَيْتُ الْكُرْفُسِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإمْسَاكِ. 5. زَيْتُ الْكُرْفُسِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْتُّخْمَةِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعالَى. 6. زَيْتُ الْكُرْفُسِ مَعَ الْمَاءِ الْحَارِّ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْغَازَاتِ لِلْبَطْنِ. 7. زَيْتُ الْكُرْفُسِ يُسَكِّنُ آلَامَ الْأَعْصَابِ. 8. زَيْتُ الْكُرْفُسِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْشَّقِيْقَةِ. 9. زَيْتُ الْكُرْفُسِ يُفِيْدُ فِي تَحْسِيْنِ الْصَّوْتِ. 10. اَلْغَرْغَرَةُ بِزَيْتِ الْكُرْفُسِ فِي الْمَاءِ الْحَارِّ يُفِيْدُ فِي أمْرَاضِ الْحَنْجَرَةِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

اَلْكَمِيَّةُ الْمُسْتَعْمَلَةُ لِلْكُرْفُسِ: يُسْتَعْمَلُ الْكُرْفُسُ مِنْ ثَلَاثَةٍ إلَى خَمْسَةِ غَرَامَاتٍ.

نِعْمَةُ الْشَّمْرِ

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْشَّمْرُ	سونف	**Fennel**	فینل

نِعْمَةُ الْشَّمْرِ: إنَّ الْشَّمْرَ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَيَدُلُّ عَلَى عَظَمَتِهِ وَقُدْرَتِهِ.

طَبِيْعَةُ الْشَّمْرِ: حَارٌّ وَجَافٌّ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْشَّمْرِ:1. اَلْشَّمْرُ يُقَوِّي الْقَلْبَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 2. اَلْشَّمْرُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْغَازَاتِ لِلْمَعِدَةِ وَالْبَطْنِ. 3. اَلْشَّمْرُ يُقَوِّي الْجِسْمَ. 4. اَلْشَّمْرُ يُفِيْدُ فِي هَضْمِ الْطَّعَامِ. 5. اَلْشَّمْرُ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأكْلِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 6. اَلْشَّمْرُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ اِلْتِهَابِ الْكَبِدِ. 7.

اَلْشَّمْرُ يُزِيْلُ الْعَطَشَ الْشَّدِيْدَ. 8. اَلْشَّمْرُ يُقَوِّي نِظَامَ الْتَّنَفُّسِ. 9. اَلْشَّمْرُ يَزِيْدُ الْرَّغْبَةَ الْجِنْسِيَّةَ. 10. اَلْشَّمْرُ يُقَلِّلُ الْوَزْنَ الْزَّائِدَ لِلْجِسْمِ. 11. اَلْشَّمْرُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ تَسَاقُطِ الْشَّعْرِ. 12. اَلْشَّمْرُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ فَقْرِ الْدَّمِ. 13. اَلْشَّمْرُ يُفِيْدُ فِي صِحَّةِ الْعَيْنِ. 14. اَلْشَّمْرُ يَزِيْدُ الْلَّبَنَ عِنْدَ الْمُرْضِعَةِ. 15. اَلْشَّمْرُ مُدِرٌّ لِلْبَوْلِ وَالْعِرْقِ.

مَضَارُّ الإِسْرَافِ فِي الْشَّمْرِ: اَلإِسْرَافُ فِي الْشَّمْرِ يَكُوْنُ سَبَباً لِانْخِفَاضِ ضَغْطِ الْدَّمِ. وَكَذَلِكَ الإِسْرَافُ فِيْهِ يَكُوْنُ سَبَباً لِلْغَثَيَانِ.

زَيْتُ الْشَّمْرِ

اَلْفَوَائِدُ: **1**. أَكْلُ زَيْتِ الْشَّمْرِ يَزِيْدُ الْبَصَارَةَ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبارَكَ وَتَعالَى. **2**. زَيْتُ الْشَّمْرِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْرَّبُو وَالأَرَقِ. **3**. زَيْتُ الْشَّمْرِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْغَازَاتِ لِلْبَطْنِ. **4**.زَيْتُ الْشَّمْرِ يُقَوِّي نِظَامَ الْهَضْمِ. **5**.زَيْتُ الْشَّمْرِ يُسَكِّنُ آلَامَ الْبَطْنِ. **6**. زَيْتُ الْشَّمْرِ يُقَوِّي عَمَلِيَّةَ الْكَبِدِ. **7**. زَيْتُ الْشَّمْرِ يَقْتُلُ الْقُمَّلَ لِلْرَّأْسِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعالَى.

اَلْكَمِيَّةُ الْمُسْتَعْمَلَةُ لِلْشَّمْرِ: يُسْتَعْمَلُ الْشَّمْرُ مِنْ غَرَامٍ وَاحِدٍ إِلَى ثَلَاثَةِ غَرَامَاتٍ.

نِعْمَةُ الْكُرْكُمِ

انگلش تلفظ	انگلش	اردو	عربی
ٹرمیرک	Turmeric	ہلدی	اَلْكُرْكُمُ

نِعْمَةُ الْكُرْكُمِ: إِنَّ الْكُرْكُمَ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَيَدُلُّ عَلَى عَظَمَتِهِ وَقُدْرَتِهِ.

طَبِيْعَةُ الْكُرْكُمِ: حَارٌّ وَجَافٌّ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْكُرْكُمِ:1. اَلْكُرْكُمُ يُفِيْدُ فِي أَمْرَاضِ الْقَلْبِ. 2. اَلْكُرْكُمُ مَعَ الْحَلِيْبِ يُقَوِّي نِظَامَ الأَعْصَابِ. 3. اَلْكُرْكُمُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ اِلْتِهَابَاتِ الْمَعِدَةِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 4. اَلْكُرْكُمُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسَّرَطَانِ. 5. اَلْكُرْكُمُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ اِلْتِهَابِ الْمَفَاصِلِ. 6. اَلْكُرْكُمُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسُّكَرِيِّ. 7. اَلْكُرْكُمُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْصُّدَاعِ. 9. اَلْكُرْكُمُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْسُّعَالِ، إِنْ شَاءَ

اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 10. اَلْكُرْكُمُ يُفِيْدُ فِي قَتْلِ دِيْدَانِ الْبَطَنِ. 11. اَلْكُرْكُمُ يُفِيْدُ فِي إِزَالَةِ الْمُخَاطِ. 12. اَلْكُرْكُمُ يَزِيْدُ كَمِيَّةَ الْدَّمِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 13. اَلْكُرْكُمُ يُفِيْدُ فِي انْدِمَالِ الْجُرْحِ. 14. اَلْكُرْكُمُ يُفِيْدُ فِي تَنْظِيْفِ الْجَرَاحَاتِ.

مَضَارُّ الإِسْرَافِ فِي الْكُرْكُمِ: 1. اَلإِسْرَافُ فِي الْكُرْكُمِ يَضُرُّ الْمَرَارَةَ. 2. اَلإِسْرَافُ فِي الْكُرْكُمِ يُقَلِّلُ الْسُّكَرَ فِي الْجِسْمِ.

نِعْمَةُ الْفِلْفِلِ الأَسْوَدِ

انگلش تلفظ	انگلش	اردو	عربي
بلیک پیپر	Black pepper	کالی مرچ	اَلْفِلْفِلُ الأَسْوَدُ

نِعْمَةُ الْفِلْفِلِ الأَسْوَدِ: إِنَّ الْفِلْفِلَ الأَسْوَدَ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَيَدُلُّ عَلَى عَظَمَتِهِ وَقُدْرَتِهِ.

طَبِيْعَةُ الْفِلْفِلِ الأَسْوَدِ: حَارٌّ وَجَافٌّ، فَعَلَيْنَا أَنْ نَسْتَعْمِلَ شَيْئاً بَارِداً وَرَطَباً فِي ضَوْءِ الْطِّبِّ الْنَبَوِيِّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْفِلْفِلِ الأَسْوَدِ:1. اَلْفِلْفِلُ الأَسْوَدُ يُفِيْدُ فِي حَرَكَةِ الْدَّوْرَةِ الْدَّمَوِيَّةِ فِي الْجِسْمِ. 2. اَلْفِلْفِلُ الأَسْوَدُ يُقَوِّي الأَعْصَابَ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 3. اَلْفِلْفِلُ الأَسْوَدُ يُفِيْدُ فِي هَضْمِ الْسَّمَنِ خَاصَّةً. 4. اَلْفِلْفِلُ الأَسْوَدُ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأَكْلِ. 5. اَلْفِلْفِلُ الأَسْوَدُ يُفِيْدُ فِي قَتْلِ دِيْدَانِ الْبَطَنِ. 6. اَلْفِلْفِلُ الأَسْوَدُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْعَازَاتِ لِلْبَطَنِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 7. اَلْفِلْفِلُ الأَسْوَدُ يُقَوِّي عَمَلِيَّةَ الْكَبِدِ. 8. اَلْفِلْفِلُ الأَسْوَدُ مُدِرٌّ لِلْبَوْلِ. 9. اَلْفِلْفِلُ الأَسْوَدُ يُقَوِّي عَمَلِيَّةَ الْهَضْمِ إِنْ

شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 10. اَلْفِلْفِلُ الأَسْوَدُ يُفِيْدُ فِي إِزَالَةِ الْحُمَّى. 11. اَلْفِلْفِلُ الأَسْوَدُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ السُّعَالِ وَكَثْرَةِ الْمُخَاطِ. 13. اَلْفِلْفِلُ الأَسْوَدُ يَحْفَظُ الْبِشْرَةَ مِنَ الشَّيْخُوْخَةِ. 14. اَلْفِلْفِلُ الأَسْوَدُ يُفِيْدُ فِي قَتْلِ الْجُرْثُوْمَةِ دَاخِلَ الْجِسْمِ.

نِعْمَةُ جَوْزَةِ الطِّيْبِ

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
جَوْزَةُ الطِّيْبِ	جائفل	**Nutmeg**	نٹ مگ

نِعْمَةُ جَوْزَةِ الطِّيْبِ: إِنَّ جَوْزَةَ الطِّيْبِ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، وَيَدُلُّ عَلَى عَظَمَتِهِ وَقُدْرَتِهِ.

طَبِيْعَةُ جَوْزَةِ الطِّيْبِ: حَارٌّ وَجَافٌّ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ جَوْزَةِ الطِّيْبِ:1. جَوْزَةُ الطِّيْبِ تُفِيْدُ فِي صِحَّةَ الدِّمَاغِ. 2. جَوْزَةُ الطِّيْبِ تُخَفِّفُ الآلاَمَ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 3. جَوْزَةُ الطِّيْبِ تُقَوِّي نِظَامَ الْهَضْمِ. 4. جَوْزَةُ الطِّيْبِ تُفِيْدُ فِي تَنْظِيْفِ الْجِسْمِ مِنَ السُّمُوْمِ. 5. جَوْزَةُ الطِّيْبِ تُفِيْدُ فِي صِحَّةِ الْفَمِ. 6. جَوْزَةُ الطِّيْبِ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ الأَرَقِ. 7. جَوْزَةُ الطِّيْبِ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ سَرَطَانِ الدَّمِ، إِنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 8. جَوْزَةُ الطِّيْبِ تُفِيْدُ فِي مَرَضِ ضَغْطِ الدَّمِ. 9. جَوْزَةُ الطِّيْبِ تُزِيْلُ الرَّائِحَةَ الْكَرِيْهَةَ لِلْفَمِ. 10. جَوْزَةُ الطِّيْبِ تُفِيْدُ فِي قَتْلِ دِيْدَانِ الْبَطْنِ. 11. جَوْزَةُ الطِّيْبِ تُفِيْدُ فِي إِخْرَاجِ الْمُخَاطِ. 12. جَوْزَةُ

الْطِّيْبِ تُقَوِّي الأَعْصَابَ. 13. جَوْزَةُ الْطِّيْبِ تُفِيْدُ فِي كَسْرِ الْحُمَّى. 14. جَوْزَةُ الْطِّيْبِ تُفِيْدُ فِي أَمْرَاضِ الْجِلْدِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.

زَيْتُ جَوْزَةِ الْطِّيْبِ

اَلْفَوَائِدُ: **1**. زَيْتُ جَوْزَةِ الْطِّيْبِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ عِرْقِ النِّسَا، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعالَى. **2**. زَيْتُ جَوْزَةِ الْطِّيْبِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْأَعْصَابِ وَالْقُوْلُوْنِ. **3**. زَيْتُ جَوْزَةِ الْطِّيْبِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْصُّدَاعِ.

مَضَارُّ الإِسْرَافِ فِي جَوْزَةِ الْطِّيْبِ: 1. اَلإِسْرَافُ فِي جَوْزَةِ الْطِّيْبِ يَكُونُ سَبَباً لِلْحُرْقَةِ فِي الْمَعِدَةِ. 2. اَلإِسْرَافُ فِي جَوْزَةِ الْطِّيْبِ يَكُونُ سَبَباً لِلتَّقَيُئِ. 3. اَلإِسْرَافُ فِي جَوْزَةِ الْطِّيْبِ يَكُونُ سَبَباً لِلنَّوْبَةِ الْقَلْبِيَّةِ وَ خَفَقَانِ الْقَلْبِ.

نِعْمَةُ الْكَمُّوْنِ

عربي	اردو	انگلش	انگلش تلفظ
اَلْكَمُوْنُ	زیره	Cumin	کیومن

نِعْمَةُ الْكَمُّوْنِ: إنَّ الْكَمُوْنَ نِعْمَةٌ عَظِيْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ تَبَارَكَ وَتَعالَى، وَيَدُلُّ عَلَى عَظَمَتِهِ وَقُدْرَتِهِ.

طَبِيْعَةُ الْكَمُّوْنِ: حَارٌّ جَافٌّ.

فَوَائِدُ نِعْمَةِ الْكَمُّوْنِ:1. اَلْكَمُوْنُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ فَقْرِ الْدَّمِ. 2. اَلْكَمُوْنُ يُخَفِّفُ الآلَامَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 3. اَلْكَمُوْنُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ سَرَطَانِ الْمَعِدَةِ. 4. اَلْكَمُوْنُ يُفِيْدُ فِي صِحَّةِ الْكِلْيَةِ. 5. اَلْكَمُوْنُ يُقَلِّلُ الْسُّكَرِيَاتِ الْزَّائِدَةَ فِي الْدَّمِ. 6. اَلْكَمُوْنُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْحَسَاسِيَّةِ الْجِلْدِيَةِ. 7. اَلْكَمُوْنُ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأَكْلِ. 5. اَلْكَمُوْنُ يُفِيْدُ فِي قَتْلِ دِيْدَانِ الْبَطَنِ. 6. اَلْكَمُوْنُ يُفِيْدُ فِي إِخْرَاجِ الْغَازِ مِنَ الْبَطَنِ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى. 7. اَلْكَمُوْنُ يُقَوِّي جِهَازَ الْكَبِدِ. 8. اَلْكَمُوْنُ مُدِرٌّ لِلْبَوْلِ. 9. اَلْكَمُوْنُ يُقَوِّي عَمَلِيَّةَ الْهَضْمِ إنْ شَاءَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى.10. اَلْكَمُوْنُ يُفِيْدُ فِي

تَنْظِيْفِ الْدَّمِ. 11. اَلْكَمُوْنُ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ حَصَى الْكِلْيَةِ. 12. اَلْكَمُوْنُ يُفِيْدُ فِي حَرَكَةِ الْدَّوْرَةِ الْدَّمَوِيَّةِ.

زَيْتُ الْكَمُوْنِ

اَلْفَوَائِدُ: **1**. زَيْتُ الْكَمُوْنِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْبَوَاسِيْرِ. **2**. زَيْتُ الْكَمُوْنِ يُخْرِجُ الْغَازَ مِنَ الْبَطْنِ. **3**. زَيْتُ الْكَمُوْنِ يُقَوِّي الْمَعِدَةَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبارَكَ وَتَعالَى. **4**. زَيْتُ الْكَمُوْنِ مَعَ الْمَاءِ الْحَارِّ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الْنَّزْلَةِ وَالْزُّكَامِ. **5**. أَكْلُ زَيْتِ الْكَمُوْنِ مَعَ مَاءِ الْبَصَلِ يُزِيْلُ أَثَرَ الْسَّمِّ. **6**. اَلْتَّدْهِيْنُ بِزَيْتِ الْكَمُوْنِ مَعَ الْمَاءِ يُفِيْدُ فِي الْقُرُوْحِ وَالْدُّمَلِ. **7**. زَيْتُ الْكَمُوْنِ مَعَ الْعَسَلِ يُقَوِّي الْحَافِظَةَ. **8**. زَيْتُ الْكَمُوْنِ يُقَوِّي نِظَامَ الْهَضْمِ. **9**. زَيْتُ الْكَمُوْنِ يُفِيْدُ فِي مَرَضِ الإِسْهَالِ. **10**. زَيْتُ الْكَمُوْنِ يَفْتَحُ شَهِيَّةَ الأَكْلِ. **11**. زَيْتُ الْكَمُوْنِ يُحْسِنُ الْبِشْرَةَ، إنْ شَاءَ اللهُ تَبارَكَ وَتَعالَى.

اَلْكَمِيَّةُ الْمُسْتَعْمَلَةُ لِلْكَمُوْنِ : يُسْتَعْمَلُ الْكَمُوْنُ مِنْ ثَلَاثَةٍ إِلَى خَمْسَةِ غَرَامَاتٍ.

مَضَارُّ الإِسْرَافِ فِي الْكَمُوْنِ: 1. اَلإِسْرَافُ فِي الْكَمُوْنِ يُسَبِّبُ الْغَازَاتِ فِي الْبَطْنِ. 2. اَلإِسْرَافُ فِي الْكَمُوْنِ يَكُوْنُ سَبَباً لِلْبُرُوْدَةِ الْجِنْسِيَّةِ. 3. اَلإِسْرَافُ فِي الْكَمُوْنِ يُؤَثِّرُ عَمَلَ الْكِلْيَةِ.

وَاللهُ اَعْلَمُ بِالْصَّوَابِ وَإِلَيْهِ يَرْجِعُ الْمَآبُ، وَآخِرُ دَعْوَانَا أَنِ الْحَمْدُ للهِ رَبِّ الْعَلَمِيْنَ وَصَلَّى اللهُ تَعَالَى عَلَى أَفْضَلِ الْطَّبِيْبِ فِي الْعَالَمِ محمدٍ وآلِهِ وَأَصْحَابِهِ أَجْمَعِيْنَ.

المفهرس

اَلْفَوَاكِهُ الرُّطْبَةُ

16	أُتْرُجٌّ	چکوترہ	Citron	سٹرون	21
17	تُوْتٌ	فالسہ	Grewia	گریویا	22
18	تَمَرٌ	کھجور	Dates	ڈیٹس	23
19	خِيَارٌ	کھیرا	Cucumber	کیوکمبر	24
20	لَيْمُوْنٌ	لیمون	Lemon	لیمن	25
21	نَارِجِيْلٌ	ناریل	Coconut	کوکونٹ	27

اَلْفَوَاكِهُ الْجَافَّةُ

الرقم	العربية	الأردية	الإنجليزية	التلفظ	الصفحة
1	اَللَّوْزُ	بادام	Almond	آلمنڈز	29
2	اَلْكَاجُو	کاجو	Cashew	کاشیو	30
3	اَلْجَوْزِ	اخروٹ	Walnut	وال نٹ	31
4	اَلنَّارِجِيْلُ	ناریل	Coconut	کوکونٹ	32
5	اَلْفُولُ السُّودَانِيُّ	مونگ پھلی	Peanut	پی نٹ	33
6	ثَمَرُ الصَّنُوْبَرِ	چلغوزہ	Pine nut	پائن نٹ	34
7	اَلْفُسْتُقُ	پستہ	Pistachio	پستاشو	35
8	اَلْبَرْقُوْقُ الْجَافُّ	خشک آلو بخارا	Plum	پلم	36

اَلْخَضْرَوَاتُ

الرقم	العربية	الأردية	الإنجليزية	التلفظ	الصفحة
1	اَلْبَصَلُ	پیاز	Onion	اونین	38
2	اَلْبَطَاطِسُ	آلو	Potato	پوٹیٹو	39

41	ٹومیٹو	Tomato	ٹماٹر	اَلْطَّمَاطِمُ	3
42	اوکرا	Okra	بھنڈی	اَلْبَامِيَةُ	4
43	ایگ پلانٹ	Eggplant	بینگن	اَلْبَاذِنْجَانُ	5
44	سپینچ	Spinach	پالک	اَلْسَّبَانِخُ	6
45	کیب بیج	Cabbage	بند گوبھی	قَرَنْبِيطٌ مَلْفُوفٌ	7
46	کالی فلاور	Cauliflowers	پھول گوبھی	اَلْقَرَنْبِيطُ	8
47	جنجر	Ginger	ادرک	اَلْزَّنْجَبِيْلُ	9
49	کولوکیسیا	Colocasia	اروی	اَلْقُلْقَاسُ	10
50	پیپرمنٹ	Peppermint	پودینہ	اَلْنَّعْنَاعُ	11
51	ریڈبیٹ	Red Beet	چقندر	اَلْسَّلَقُ	12
51	کوری اینڈر	Coriander	دھنیا	اَلْكُزْبُرَةُ	13
53	گرین پپر، ریڈ پپر	Green and Red Pepper	سبز اور سرخ مرچ	اَلْفِلْفِلُ الأَخْضَرُ وَالأَحْمَرُ	14
54	ٹرنپ	Turnip	شلغم	اَللِّفْتُ	15
54	بٹر گورڈ	Bitter Gourd	کریلا	اَلْقَرْعُ الْمُرُّ	16
55	کیرٹ	Carrot	گاجر	اَلْجَزَرُ	17
57	کیورڈ	Caurd	کدو	اَلْدُّبَّاءُ	18
58	گارلک	Garlic	لہسن	ثُوْمٌ	19
59	پیز	Peas	مٹر	بَاذِلَّاءُ	20
60	ریڈش	Radish	مولی	فِجْلٌ	21
61	فینوگریک	Fenugreek	میتھی	حُلْبَةٌ	22
اَلأَغْذِيَةُ					

الرقم	العربية	الأردية	الإنجليزية	التلفظ	الصفحة
1	اَلْمَاءُ	پانی	Water	واٹر	65
2	اَلْعَسَلُ	شہد	Honey	ہَنی	66
3	اَللَّبَنُ وَالْحَلِيْبُ	دودھ	Milk	مِلک	68
4	اَللَّبَنُ الرَّائَبِ	دہی	Yogurt	یوگرٹ	69
5	اَلزُّبْدَةُ	مکھن	Butter	بٹر	70
6	اَلسَّمَنَ الْبَلَدِيُّ	دیسی گھی	Pure Ghee	پیور گھی	71
7	اَلْمِلْحُ	نمک	Salt	سالٹ	72
8	اَلْقِرْفَةُ	دار چینی	Cinnamon	سِنامَن	73
9	اَلْهِيْلُ الْأَسْوَدُ	کالی الائچی	Black Cardamom	بلیک کارڈامم	74
10	اَلْهِيْلُ الْأَخْضَرُ	سبز الائچی	Green Cardamom	گرین کارڈامم	75
11	اَلْحَبَّةُ السَّوْدَاءُ	کلونجی	Black Cumin	بلیک کیمومن	76
12	اَلْقَرَنْفُلُ	لونگ	Cloves	کلوز	78
13	اَلْكُرْفُسُ	اجوائن	Celery	سلیری	79
14	اَلشَّمْرُ	سونف	Fennel	فینل	80
15	اَلْكُرْكُمُ	ہلدی	Turmeric	ٹرمیرک	81
16	اَلْفِلْفِلُ الأَسْوَدُ	کالی مرچ	Black pepper	بلیک پیپر	82
17	جَوْزَةُ الطِّيْبِ	جائفل	Nutmeg	نٹ مگ	83
18	اَلْكَمُّوْنُ	زیرہ	Cumin	کیومن	84